



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 44»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО
протокол №
от «30» августа 2023 г.
Руководитель МО
 Мищенко Ю.Ю.

ПРИНЯТА
на педагогическом совете,
протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора № 107
от «31» августа 2023 г.
Директор
 Л. А. Посадская

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
Социально-бытовая ориентировка
(полное название учебного предмета)
5– 10 класс

г. Череповец
2023 г

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

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.

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 повторяющимися разделами, однако каждый раздел ежегодно расширяется 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.

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 должна превышать 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 следует учитывать 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.

Цели и задачи, принципы специального (коррекционного) курса «Социально-бытовая ориентировка»

1.1 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 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 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.

1.2 Принципы построения программы

1. Принципа учета определенных трудностей развития школьников с функциональными расстройствами зрения.

2. Коррекционная программа курса "Социально-бытовая ориентировка" сочетает принципы научной обоснованности и практического применения тифлопсихологических и тифлопедагогических изысканий в области особенностей развития детей с нарушением зрения, коррекционной, компенсаторно-развивающей, коррекционно-развивающей работы.

3. Принцип интеграции коррекционно-развивающей деятельности.

4. Коррекционная программа отражает комплексность и единство лечебно-профилактических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических мероприятий с обеспечением всесторонних подходов к охране, восстановлению, поддержке нарушенного зрения школьников.

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

На освоение курса отводится 1 час в неделю (68 часа в год за 34 учебных недели)

класс	5	6	7	8	9	10
количество	68	68	68	68	68	68
часов						

1.4 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.

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:

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, 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 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.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Перечень и содержание коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

5 класс

Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки. (2 часа)

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

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)

- Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный периоды.
- Уход за телом. Уход за зубами, волосами, глазами. 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. (6 часа)

- 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. (12 часов)

- 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.
- Свежесть продуктов. Признаки свежих и испорченных продуктов. Условия хранения продуктов. Продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике. Способы размещения продуктов в холодильнике.
- Правила обработки продуктов. Правила обработки овощей, фруктов, ягод. Извлечение продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов.
- Способы отмеривания продуктов. Способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием. Тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.).
- 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.
- Культура питания. Режим питания, и правила приема пищи. Действие продуктов на организм. Культура поведения за столом.

Жилище. (6 часа)

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

Семья. (6 часа)

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

Коммуникативная культура. (6 часа)

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

Транспорт. (8 часа)

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

Торговля. (6 часа)

- Деньги. 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 (2 часа)

- . Медицинская помощь. Специализация врачей. Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.

Средства связи и коммуникации. (6 часа)

- Основные виды средств связи.
- Мобильные устройства.
- Мессенджеры.

6 класс

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года.(2 часа)

- Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)

- Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды.
- Навыки ухода за телом. Уход за зубами, волосами, глазами. Уход 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 трансляции мужской и женской моделей поведения. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.
- Косметические средства. Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек. Хранение и использование средств личной гигиены.

Одежда и обувь. (6 часа)

- Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Повседневный уход за одеждой и обувью. Сезонность одежды, особенности фактур тканей.
- Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Ручная и машинная стирка. Сортировка белья для стирки. Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов. Чистка одежды сухой щеткой.
- Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).

Питание. (8 часа)

- Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями. Пользование кухонными принадлежностями и столовыми приборами. Уход за посудой. Обработка продуктов с помощью ножа.
- Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи.
- Простейшие блюда. Состав и способы приготовления простейших блюд. Блюда из яиц, молочные каши, сухарики. Приготовление бутербродов, винегрета и простых салатов. Оформление готовых блюд. Заваривание чая.
- Культура питания. Правила сервировки стола для гостей (обед, ужин, чаепитие). Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»). Культура поведения в местах общественного питания.

Жилище. (6 часа)

- Влажная уборка квартиры. Сухая уборка квартиры пылесосом.
- Уход за комнатными растениями.
- Застилание постели. Смена постельного белья.

Семья. (6 часа)

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

Коммуникативная культура. (6 часа)

- 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. (6 часа)

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

Торговля. (6 часа)

- Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Безопасность наличных и безналичных расчетов. Размещение и удобное хранение наличных средств, банковских карт.
- Предприятия торговли. Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Вежливое обращение за помощью. Определение местоположения кассы.
- Оплата покупок. Оплата наличными и безналичными деньгами. Упаковка приобретенных товаров для удобной транспортировки.

Основы медицинских знаний. (6 часа)

- Медицинская помощь. Оказание первой помощи при порезах, ожогах, обморожениях, ушибах. Профилактика тепловых и солнечных ударов.
- Профессии в медицине. Специализация врачей.
- Поликлиники. Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.

Средства связи и коммуникации. (4 часа)

- Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного не визуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).
- Мессенджеры. Знакомство с возможностями использования видеокмеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов, программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», программами определения купюр.

Выбор профессии и трудоустройство. (4 часа)

- Выбор профессий. Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.

7 класс

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года. (2 часа)

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

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (6 часа)

- Ведение здорового образа жизни. Воспитание потребности к ведению здорового образа жизни. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды. Средства личной гигиены.
- Формирование женственности и мужественности. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.
- Туалетные принадлежности. Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Условия и места хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей. Туалетные принадлежности для мальчиков и девочек.

Одежда и обувь. (6 часа)

- Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Одежда для мальчиков и девочек: основные различия, мужские и женские стили одежды. Сезонность одежды, особенности фактур тканей. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля.
- Повседневный уход за одеждой и обувью. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Хранение одежды и обуви. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды. Пришивание плоских пуговиц и пуговиц на ножке.

- Утюг. Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов. Глажение хлопчатобумажной футболки. Назначение и использование гладильной машины. Хранение и сортировка одежды и обуви.
- Стиральная машинка. Назначение и устройство стиральной машины. Сортировка белья. Машинная стирка. Стирка изделий с пуговицами и карманами.

Питание. (8 часов)

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

Жилище (6 часа)

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

Коммуникативная культура. (6 часа)

- Основы бесконфликтного общения и межличностного взаимодействия. Профилактика конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения, в общественных местах, общественном транспорте и при пользовании социальными объектами.
- Совершенствование средств невербальной коммуникации, обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях.
- Особенности виртуального общения со зрячими сверстниками.

Транспорт. (6 часа)

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

Торговля. (8 часа)

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

Основы медицинских знаний. (8 часа)

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

Средства связи и коммуникации. (4 часа)

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

Выбор профессии и трудоустройство. (7 часа)

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

8 класс

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года.(2 часа)

- Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)

- Здоровый образ жизни и гармоничное развитие человека. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность.
- Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Гендерные особенности репродуктивной деятельности человека. Формирование женственности и мужественности
- Здоровый образ жизни и безопасность — основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности.
- Вредные привычки и их профилактика. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека.. Санитарно-гигиенические процедуры.

Одежда и обувь. (6 часа)

- Виды одежды. Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения. Фасон и цвет одежды. Современная мода для мальчиков и девочек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание собственного имиджа
- Повседневный уход за одеждой и обувью. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления.
- Устройство утюга/ отпаривателя/ гладильного пресса. Приемы глажения одежды из разных материалов. Глажение одежды с принтом и объемной вышивкой. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Ремонт одежды. Штопка. Средства для ухода за кожаной обувью. Чистка обуви.

Питание. (6 часа)

- Здоровое и сбалансированное питание. Правила техники безопасности при эксплуатации плиты, кухонных приборов и электротехники. Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи. Обработка продуктов, приборы и правила употребления разных продуктов в режимных процессах. Калорийность продуктов питания. Питание девочек и мальчиков в предпубертатный и пубертатный периоды. Витамины в продуктах питания.
- Приготовление курицы с рисом в духовом шкафу, запеченного картофеля, тушеной капусты, сырного супа. Для завтраков – сложных молочных каш, сырников. Приготовление пирожных без выпечки «Картошка», торта «Манник», простых бисквитов для организации классных чаепитий.
- Правила посещения объектов общественного питания (столовая, кафе, ресторан, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды» и др.). Культура поведения в местах общественного питания. Правила сервировки стола для себя, семьи и гостей (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, перекусы). Расположение гостей и близких за праздничным столом.
- Культура приема пищи разной консистенции дома, на улице в общественных местах. Этикет за обеденным столом (правила поведения за столом, что, как и чем едят, сервировка и приборы, тематика и культура общения). Продуктовые подарки.

Жилище. (6 часа)

- Бытовая химия. Основные средства бытовой химии. Средства для уборки жилых помещений и условия их хранения. Санитарная уборка ванн и туалетных помещений. Техника безопасности при работе с бытовой химией.
- Сухая уборка помещения. Необходимость поддержания порядка. Влажная уборка помещений. Определение необходимости уборки. Мытье пола.
- Замена постельного белья. Застилание кровати.

Семья. (6 часа)

- Устройство семьи. Особенности формирования и типы современных семей. Общение в семье. Умение владеть собой.

- Психология межличностных отношений. Бытовые конфликты и способы их разрешения. Поведение в семейных конфликтах.
- Семейный бюджет.

Коммуникативная культура. (8 часа)

- Совершенствование средств невербальной коммуникации (сдержанная поза, адекватность и умеренность жестыкуляции, поворот головы и туловища к говорящему при общении с людьми и публичных выступлениях), обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях.
- Особенности виртуального и реального общения со зрячими сверстниками. Взаимодействие со знакомыми и незнакомыми зрячими, оказывающими помощь по сопровождению.
- Умение обращаться за помощью при пользовании социальными объектами и общественным транспортом. Умение адекватно запрашивать нужную информацию. Деловой этикет. Культура общения со специалистами МСЭКа и СОБЕСа.
- Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. 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.

Транспорт. (4 часа)

- Безопасность на дорогах. Расчет времени стоимости и времени пути по заданному маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программы «Ту-ту», «Яндекс-карты» и другие и особенности их использования без визуального контроля.
- Виды транспорта. Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого этикета в транспорте.

Торговля. (6 часа)

- Определители купюр. Определение номинала купюр с помощью программ на мобильном устройстве. Особенности использования этих программ без визуального контроля. Безналичный расчет. Использование «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay».
- Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Культура поведения в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение срока годности продуктов. Определение местоположения кассы.
- Экскурсия в продовольственный магазин. Самостоятельный выбор и покупка товара в продовольственном магазине. Выбор и примерка одежды на рынке и в торговом центре.

Основы медицинских знаний. (6 часа)

- Медицинская помощь. Оказание первой помощи при обмороках и солнечных ударах. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Оказание первой помощи при порезах, ожогах и ушибах, растяжениях. Оказание помощи при ранениях (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций.
- Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Тонometry и глюкометры. Регулярное измерение артериального давления и сахара. Контроль массы тела в домашних условиях.

Средства связи и коммуникации. (4 часа)

- Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).
- Мессенджеры. Использование программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и др. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, оплаты мобильной связи.

Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)

- Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д.
- Примеры трудоустройства выпускников школы. Статистика поступлений и выбор учебных заведений выпускниками школы. Тест «Выбор профессии». Выбор направления будущего трудоустройства. Трудоустройство инвалидов и подростков в Российской Федерации. Сайты поиска работ. Просмотр возможных вакансий. Формирование мотивации и желания работать.

9 класс

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года. (2 часа)

- Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (4 часа)

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

Одежда и обувь. (8 часа)

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

Питание. (12 часов)

- Мультиварка. Устройство и принципы функционирования мультиварки. Блюда в мультиварке.
- Культура здорового питания. Диетическое питание. Приготовление блюда на пару. Приготовление диетического блюда по готовому рецепту. Оформление готового блюда.
- Природный сад и огород.
- Оборудование и приспособления для консервирования. Безопасные приемы и способы работы во время использования кухонных приспособлений и оборудования для консервирования фруктов и овощей. Определение качества плодово-ягодной и овощной продукции органолептическим методом. Условия и сроки хранения консервированной продукции. Способы закупорки банок и бутылок и технология приготовления и стерилизации консервов.
- Консервирование овощей. Первичная обработка овощей. Приготовление маринада. Приготовление маринада по готовому рецепту. Приготовление овощной консервы. Плодово-ягодные консервы. Первичная обработка фруктов и ягод.
- Консервирование фруктов. Приготовление сиропа. Приготовление плодово-ягодной консервы. Уборка рабочего места после консервирования (уборка со стола, мытье пола, посуды).
- Кулинарные традиции в разных странах. Приготовление национального европейского блюда из овощей или фруктов. Приготовление блюда в мультиварке. Оформление готового блюда.

Жилище. (4 часа)

- Поддержание порядка в собственном жилище. Создание уюта. Замена постельного белья. Застилание кровати.
- Сервировка стола к празднику. Загрузка посудомоечной машины. Новогодние традиции разных народов. Украшение к Новому году.

Семья. (4 часа)

- Общение в семье. Устройство семьи. Современные формы семьи (типы семьи: полная, неполная, с двумя поколениями и др.) Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Семейные конфликты и их разрешение. Умение владеть собой.
- Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Практическая работа. Моделирование семейных расходов и доходов. Психология межличностных отношений.

Коммуникативная культура. (6 часа)

- Общение с людьми, исповедующими разные религии. Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. 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. (4 часа)

- Соблюдение безопасности на дорогах. Расчет времени и стоимости 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. (8 часа)

- Определители купюр. Определение номинала купюр с помощью «Определителя купюр» на смартфоне, особенности использования программы без визуального контроля.
- Безналичный расчет. Использование банкомата, терминала, «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay». Операции по карте, доступные через банкомат и терминал.
- Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Открытые и закрытые рынки, принципы их устройства, особенности пользования ими без визуального контроля.
- Самостоятельная покупка продуктов и других товаров в магазинах с продавцом. Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Пользование интернет-магазинами.

Основы медицинских знаний. (6 часа)

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

Средства связи и коммуникации. (4 часа)

- Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи.
- Мессенджеры. Использование возможностей камеры мобильного устройства для увеличения рассматриваемых объектов, программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования при слабовидении.

Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)

- Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии. Документы, необходимые при трудоустройстве. Деловой этикет.
- Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. 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.

10 класс

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся на начало и завершение учебного года. (2 часа)

- Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

Личная гигиена и здоровый образ жизни. (4 часа)

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

Одежда и обувь. (8 часа)

- Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа.

- Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.
- 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. (12 часов)

- Мультиварка. Устройство и принципы функционирования мультиварки. Блюда в мультиварке.
- Культура здорового питания. Диетическое питание. Приготовление блюда на пару. Приготовление диетического блюда по готовому рецепту. Оформление готового блюда.
- Природный сад и огород.
- Оборудование и приспособления для консервирования. Безопасные приемы и способы работы во время использования кухонных приспособлений и оборудования для консервирования фруктов и овощей. Определение качества плодово-ягодной и овощной продукции органолептическим методом. Условия и сроки хранения консервированной продукции. Способы закупорки банок и бутылок и технология приготовления и стерилизации консервов.
- Консервирование овощей. Первичная обработка овощей. Приготовление маринада. Приготовление маринада по готовому рецепту. Приготовление овощной консервы. Плодово-ягодные консервы. Первичная обработка фруктов и ягод.
- Консервирование фруктов. Приготовление сиропа. Приготовление плодово-ягодной консервы. Уборка рабочего места после консервирования (уборка со стола, мытье пола, посуды).
- Кулинарные традиции в разных странах. Приготовление национального европейского блюда из овощей или фруктов. Приготовление блюда в мультиварке. Оформление готового блюда.

Жилище. (4 часа)

- Поддержание порядка в собственном жилище. Создание уюта. Замена постельного белья. Застилание кровати.
- Сервировка стола к празднику. Загрузка посудомоечной машины. Новогодние традиции разных народов. Украшение к Новому году.

Семья. (4 часа)

- Общение в семье. Устройство семьи. Современные формы семьи (типы семьи: полная, неполная, с двумя поколениями и др.) Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Семейные конфликты и их разрешение. Умение владеть собой.
- Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Практическая работа. Моделирование семейных расходов и доходов. Психология межличностных отношений.

Коммуникативная культура. (6 часа)

- Общение с людьми, исповедующими разные религии. Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. 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. (4 часа)

- Соблюдение безопасности на дорогах. Расчет времени и стоимости 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. (8 часа)

- Определители купюр. Определение номинала купюр с помощью «Определителя купюр» на смартфоне, особенности использования программы без визуального контроля.

- Безналичный расчет. Использование банкомата, терминала, «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay». Операции по карте, доступные через банкомат и терминал.
- Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Открытые и закрытые рынки, принципы их устройства, особенности пользования ими без визуального контроля.
- Самостоятельная покупка продуктов и других товаров в магазинах с продавцом. Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Пользование интернет-магазинами.

Основы медицинских знаний. (6 часа)

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

Средства связи и коммуникации. (4 часа)

- Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного не визуального доступа. Электронные подписи и графические ключи.
- Мессенджеры. Использование возможностей камеры мобильного устройства для увеличения рассматриваемых объектов, программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования при слабовидении.

Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)

- Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии. Документы, необходимые при трудоустройстве. Деловой этикет.
- Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. 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.

2.2 Тематическое планирование коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

5 класс

б/ь	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка исходного уровня готовности к освоению умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)			
	Основы здорового образа жизни.	2	Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный периоды.
	Уход за телом.	2	Уход за зубами, волосами, глазами. 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.	2	Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.

Косметические средства.	2	Хранение и использование средств личной гигиены. Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек.
Одежда и обувь. (6 часа)		
Виды одежды.	2	Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды.
Повседневный уход за одеждой и обувью.	2	Хранение и сортировка одежды и обуви. Чистка одежды сухой щеткой. Сезонность одежды. Хранение одежды и обуви.
Ремонт одежды	2	Приемы застегивания пуговиц и молний без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Определение необходимости ремонта одежды. Мытье обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).
Питание. (12 часов)		
Продукты питания.	2	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.
Свежесть продуктов.	2	Признаки свежих и испорченных продуктов. Условия хранения продуктов. Продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике. Способы размещения продуктов в холодильнике.
Правила обработки продуктов.	2	Правила обработки овощей, фруктов, ягод. Извлечение продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов.
Способы отмеривания продуктов.	2	Способы отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием. Тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.).
Посуда.	2	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.
Культура питания.	2	Режим питания, и правила приема пищи. Действие продуктов на организм. Культура поведения за столом
Жилище. (6 часа)		
Сухая уборка квартиры пылесосом. Вытирание пыли.	2	Определение порядка сухой уборки квартиры пылесосом. Вытирание пыли.
Уход за комнатными растениями.	2	Правила ухода за комнатными растениями.
Застилание постели. Смена постельного белья.	2	Способы застилания постели. Смена постельного белья.
Семья. (6 часа)		
Члены семьи.	2	Распределение домашних обязанностей. Посильная помощь близким. Семейные традиции.
Деятельность членов семьи.	2	Профессиональная и учебная деятельность членов семьи. Досуг семьи.
Уход за домашними животными.	2	Правила ухода за домашними животными.
Коммуникативная культура. (6 часа)		
Общение.	2	Вежливость и культура диалога. Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста. Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому. Преодоление навязчивых движений.
Уход за младшими членами семьи.	2	Правила ухода за младшими членами семьи.
Поведение в общественных местах.	2	Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.
Транспорт. (8 часа)		

	Виды транспорта.	2	Определение видов транспорта.
	Различение видов транспорта.	2	Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте.
	Правила речевого этикета в транспорте.	2	Правила речевого этикета в транспорте.
	Профессии на транспорте.	2	Профессии людей в транспортных предприятиях. Виды занятий.
Торговля. (6 часа)			
	Деньги.	3	Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Основные виды денежных расчетов.
	Предприятия торговли.	3	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. (2 часа)			
	Основы медицинских знаний.	2	Медицинская помощь. Специализация врачей. Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.
Средства связи и коммуникации. (6 часа)			
	Основные виды средств связи.	2	Основные виды средств связи. Умение пользоваться различными видами связи.
	Мобильные устройства.	2	Мобильные устройства. Умение пользоваться мобильными устройствами.
	Мессенджеры.	2	Мессенджеры. Часто используемые мессенджеры.
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

6 класс

б/ь	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)			
	Основы здорового образа жизни.	2	Основы здорового образа жизни и факторы, на него влияющие. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды.
	Уход за телом.	2	Навыки ухода за телом. Уход за зубами, волосами, глазами. Уход 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.	2	Формирование женственности и мужественности посредством трансляции мужской и женской моделей поведения. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика потливости. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.
	Косметические средства.	2	Использование косметических средств по уходу и парфюмерии для мальчиков и девочек. Хранение и использование средств личной гигиены.
Одежда и обувь. (6 часа)			
	Виды одежды.	2	Виды одежды. Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Повседневный уход за одеждой и обувью. Сезонность одежды, особенности фактур тканей.
	Повседневный уход за одеждой и обувью.	2	Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Ручная и машинная стирка. Сортировка белья для стирки. Устройство утюга. Приемы

			глажения одежды из разных материалов. Чистка одежды сухой щеткой.
	Хранение одежды и обуви.	2	Хранение одежды и обуви. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды (пришивание пуговиц).
Питание. (8 часа)			
	Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями.	2	Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями. Пользование кухонными принадлежностями и столовыми приборами. Уход за посудой. Обработка продуктов с помощью ножа.
	Правила техники безопасности при приготовлении пищи.	2	Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Тифлотехнические средства, используемые при приготовлении пищи.
	Простейшие блюда.	2	Состав и способы приготовления простейших блюд. Блюда из яиц, молочные каши, сухарики. Приготовление бутербродов, винегрета и простых салатов. Оформление готовых блюд. Заваривание чая.
	Культура питания.	2	Правила сервировки стола для гостей (обед, ужин, чаепитие). Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»). Культура поведения в местах общественного питания.
Жилище. (6 часа)			
	Сухая уборка квартиры пылесосом. Вытирание пыли.	2	Определение порядка сухой уборки квартиры пылесосом. Вытирание пыли.
	Уход за комнатными растениями.	2	Правила ухода за комнатными растениями.
	Застилание постели. Смена постельного белья.	2	Способы застилания постели. Смена постельного белья.
Семья. (6 часа)			
	Члены семьи.	2	Распределение домашних обязанностей. Посильная помощь близким. Семейные традиции.
	Деятельность членов семьи.	2	Профессиональная и учебная деятельность членов семьи. Досуг семьи.
	Уход за домашними животными.	2	Правила ухода за домашними животными.
Коммуникативная культура. (6 часа)			
	Общение.	2	Вежливость и культура диалога. Особенности общения со сверстниками и детьми младшего возраста. Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому. Преодоление навязчивых движений.
	Уход за младшими членами семьи.	2	Правила ухода за младшими членами семьи.
	Поведение в общественных местах.	2	Правила поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, музея, библиотеки.
Транспорт. (6 часа)			
	Виды транспорта.	2	Определение видов транспорта. Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте.
	Правила речевого этикета в транспорте.	2	Правила речевого этикета в транспорте.
	Профессии на транспорте.	2	Профессии людей в транспортных предприятиях. Виды занятий.
Торговля. (6 часа)			
	Деньги.	2	Назначение денег. Различение российских монет и банкнот. Безопасность наличных и безналичных расчетов. Размещение и удобное хранение наличных средств, банковских карт.
	Предприятия торговли.	2	Предприятия торговли. Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Вежливое обращение за помощью. Определение местоположения кассы.
	Оплата покупок.	2	Оплата наличными и безналичными деньгами. Упаковка приобретенных товаров для удобной транспортировки.
Основы медицинских знаний. (6 часа)			
	Медицинская помощь.	2	Оказание первой помощи при порезах, ожогах, обморожениях, ушибах.

			Профилактика тепловых и солнечных ударов.
	Профессии в медицине.	2	Специализация врачей.
	Поликлиники.	2	Государственные и частные поликлиники. Посещение поликлиники. Вызов врача.
Средства связи и коммуникации. (4 часа)			
	Основные виды средств связи.	2	Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного не визуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).
	Мессенджеры.	2	Мессенджеры. Знакомство с возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов, программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», программами определения купюр.
Выбор профессии и трудоустройство. (4 час)			
	Выбор профессий.	2	Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.
	Профессии родителей	2	Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (6 часа)			
	Основы здорового образа жизни.	2	Ведение здорового образа жизни. Воспитание потребности к ведению здорового образа жизни. Изменения в организме мальчиков и девочек в предпубертатный и пубертатный периоды. Средства личной гигиены.
	Формирование женственности и мужественности.	2	Формирование женственности и мужественности. Санитарно-гигиенические процедуры. Профилактика погливности. Профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний.
	Туалетные принадлежности.	2	Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Условия и места хранения индивидуальных наборов туалетных принадлежностей. Туалетные принадлежности для мальчиков и девочек.
Одежда и обувь. (6 часа)			
	Виды одежды.	2	Назначение одежды, ее соответствие сезону, назначению. Фасон и цвет одежды. Одежда для мальчиков и девочек: основные различия, мужские и женские стили одежды. Сезонность одежды, особенности фактур тканей. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля.
	Повседневный уход за одеждой и обувью.	2	Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления. Хранение одежды и обуви. Средства для ухода за обувью. Чистка обуви. Ремонт одежды. Пришивание плоских пуговиц и пуговиц на ножке.
	Утюг.	1	Устройство утюга. Приемы глажения одежды из разных материалов. Глажение хлопчатобумажной футболки. Назначение и использование гладильной машины. Хранение и сортировка одежды и обуви.
	Стиральная машинка.	1	Назначение и устройство стиральной машины. Сортировка белья.

			Машинная стирка. Стирка изделий с пуговицами и карманами.
Питание. (8 часов)			
	Здоровое и сбалансированное питание.	2	Здоровое и сбалансированное питание. Нормы потребления. Правила техники безопасности при эксплуатации плиты.
	Тепловая обработка продуктов.	1	Приготовление из полуфабрикатов: овощное рагу, пельмени/ вареники. Суп с фрикадельками, суп из рыбной/мясной консервы.
	Выпечка.	1	Простая выпечка: лепешка, домашнее печенье. Национальные блюда. Приготовление пиццы, «Шарлотки» с яблоками. Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи.
	Общественное питание.	2	Виды объектов общественного питания (столовая, кафе, ресторан, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды»). Культура поведения в местах общественного питания.
	Сервировка.	1	Правила сервировки стола для себя, семьи и гостей (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, перекусы).
	Столовый этикет.	1	Правила поведения за столом, что и как едят, сервировка и приборы, тематика и культура общения. Культура приема пищи разной консистенции.
Жилище. (6 часа)			
	Уборка в квартире.	3	Влажная уборка квартиры. Сухая уборка квартиры пылесосом. Мелкий ремонт в квартире. Уход за местами общего пользования (ванны, раковины). Мытье пола.
	Компьютер.	3	Компьютер в доме. Установка и безопасное использование.
Коммуникативная культура. (6 часа)			
	Общение.	2	Основы бесконфликтного общения и межличностного взаимодействия. Профилактика конфликтных ситуаций, обусловленных отсутствием или глубоким нарушением зрения, в общественных местах, общественном транспорте и при пользовании социальными объектами.
	Совершенствование средств коммуникации.	2	Совершенствование средств невербальной коммуникации, обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях.
	Особенности виртуального общения со зрячими сверстниками.	2	Особенности виртуального общения со зрячими сверстниками.
Транспорт. (6 часа)			
	Правила безопасного поведения в транспорте.	2	Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого и поведенческого этикета в транспорте.
	Профессии людей в транспортных предприятиях.	2	Профессии людей в транспортных предприятиях.
	Расчет времени стоимости и времени пути по заданному маршруту.	2	Расчет времени стоимости и времени пути по заданному маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программы «Яндекс-карты» и другие, особенности их использования без визуального контроля.
Торговля. (8 часа)			
	Виды объектов торговли.	2	Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение срока годности продуктов.
	Культура поведения в магазине.	2	Культура поведения в магазине. Примерка одежды и обуви в магазине.
	Определение местоположения кассы.	2	Оплата наличными и безналичными деньгами. Различение банкнот различного номинала.
	Банкомат.	2	Экскурсия в продовольственный магазин. Снятие наличных, оплата по терминалу.
Основы медицинских знаний. (8 часа)			
	Медицинская помощь.	3	Медицинская помощь. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств.
	Причины болезней.	3	Причины болезней. Опасности самолечения. Поведение во время болезни.
	Поликлиника	2	Посещение поликлиники. Вызов врача. Оказание первой помощи при порезах, ожогах и ушибах, растяжениях. Безопасная транспортировка больного.

Средства связи и коммуникации. (4 часа)			
	Основные виды средств связи.	2	Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного не визуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).
	Мессенджеры.	2	Мессенджеры. Знакомство с возможностями использования видеокамеры смартфона для увеличения рассматриваемых объектов, программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», программами определения купюр.
Выбор профессии и трудоустройство. (7 часа)			
	Выбор профессий.	4	Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д. Примеры трудоустройства выпускников школы.
	Примеры трудоустройства выпускников школы.	3	Статистика поступлений и выбор учебных заведений выпускниками школы. Тест «Выбор профессии». Выбор направления будущего трудоустройства.
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

8 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (8 часа)			
	Основы здорового образа жизни.	2	Здоровый образ жизни и гармоничное развитие человека. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность.
	Репродуктивное здоровье.	2	Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Гендерные особенности репродуктивной деятельности человека. Формирование женственности и мужественности
	Здоровый образ жизни.	2	Здоровый образ жизни и безопасность — основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности.
	Вредные привычки.	2	Вредные привычки и их профилактика. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека.. Санитарно-гигиенические процедуры.
Одежда и обувь. (6 часа)			
	Виды одежды.	2	Виды одежды. Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения. Фасон и цвет одежды. Современная мода для мальчиков и девочек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание собственного имиджа
	Повседневный уход за одеждой и обувью.	2	Повседневный уход за одеждой и обувью. Уход за одеждой, в зависимости от материала изготовления.
	Утюг.	2	Устройство утюга/ отпаривателя/ гладильного пресса. Приемы глажения одежды из разных материалов. Глажение одежды с принтом и объемной вышивкой. Приемы застегивания пуговиц, молний, кнопок, крючков без визуального контроля. Ремонт одежды. Штопка. Средства для ухода за кожаной обувью. Чистка обуви.
Питание. (6 часа)			
	Здоровое и сбалансированное питание.	2	Правила техники безопасности при эксплуатации плиты, кухонных приборов и электротехники. Тифлотехнические средства, используемые в приготовлении пищи. Обработка продуктов, приборы и правила употребления разных продуктов в режимных процессах. Калорийность

			продуктов питания. Питание девочек и мальчиков в предпубертатный и пубертатный периоды. Витамины в продуктах питания.
Тепловая обработка продуктов.	2		Приготовление курицы с рисом в духовом шкафу, запеченного картофеля, тушеной капусты, сырного супа. Для завтраков – сложных молочных каш, сырников. Приготовление пирожных без выпечки «Картошка», торта «Манник», простых бисквитов для организации классных чаепитий.
Общественное питание.	1		Правила посещения объектов общественного питания (столовая, кафе, ресторан, пиццерия, кофейня, пельменные, «Фастфуды» и др.). Культура поведения в местах общественного питания. Правила сервировки стола для себя, семьи и гостей (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, перекусы). Расположение гостей и близких за праздничным столом.
Культура приема пищи.	1		Культура приема пищи разной консистенции дома, на улице в общественных местах. Этикет за обеденным столом (правила поведения за столом, что, как и чем едят, сервировка и приборы, тематика и культура общения). Продуктовые подарки.
Жилище. (6 часа)			
Бытовая химия.	2		Основные средства бытовой химии. Средства для уборки жилых помещений и условия их хранения. Санитарная уборка ванн и туалетных помещений. Техника безопасности при работе с бытовой химией.
Сухая уборка помещения.	2		Необходимость поддержания порядка. Влажная уборка помещений. Определение необходимости уборки. Мытье пола.
Замена постельного белья.	2		Замена постельного белья. Застилание кровати.
Семья. (6 часа)			
Устройство семьи.	2		Особенности формирования и типы современных семей. Общение в семье. Умение владеть собой.
Психология межличностных отношений.	2		Бытовые конфликты и способы их разрешения. Поведение в семейных конфликтах.
Семейный бюджет.	2		Семейный бюджет.
Коммуникативная культура. (8 часа)			
Общение.	2		Совершенствование средств невербальной коммуникации (сдержанная поза, адекватность и умеренность жестикуляции, поворот головы и туловища к говорящему при общении с людьми и публичных выступлениях), обучение их использованию в различных социально-бытовых ситуациях.
Особенности виртуального и реального общения.	2		Особенности виртуального и реального общения со зрячими сверстниками. Взаимодействие со знакомыми и незнакомыми зрячими, оказывающими помощь по сопровождению.
Умение обращаться за помощью.	2		Умение обращаться за помощью при пользовании социальными объектами и общественным транспортом. Умение адекватно запрашивать нужную информацию. Деловой этикет. Культура общения со специалистами МСЭКа и СОБЕСа.
Индивидуальная подпись и ее назначение.	2		Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. 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.
Транспорт. (4 часа)			
Правила безопасного поведения в транспорте.	2		Безопасность на дорогах. Расчет времени стоимости и времени пути по заданному маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программы «Гу-гу», «Яндекс-карты» и другие и особенности их использования без визуального контроля.
Виды транспорта.	2		Различение видов транспорта на слух. Проезд, ориентировка и поведение в транспорте. Правила речевого этикета в транспорте.
Торговля. (6 часа)			
Определители купюр.	2		Определение номинала купюр с помощью программ на мобильном устройстве. Особенности использования этих программ без визуального контроля. Безналичный расчет. Использование «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay».
Виды объектов торговли.	2		Виды объектов торговли. Виды магазинов, отделов, товаров. Размещение товаров в магазине. Культура поведения в магазине. Особенности размещения продовольственных товаров. Определение срока годности

			продуктов. Определение местоположения кассы.
Экскурсия в продовольственный магазин.	2		Экскурсия в продовольственный магазин. Самостоятельный выбор и покупка товара в продовольственном магазине. Выбор и примерка одежды на рынке и в торговом центре.
Основы медицинских знаний. (6 часа)			
Медицинская помощь.	3		Медицинская помощь. Оказание первой помощи при обмороках и солнечных ударах. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Оказание первой помощи при порезах, ожогах и ушибах, растяжениях. Оказание помощи при ранениях (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций.
Причины болезней.	3		Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Тонометры и глюкометры. Регулярное измерение артериального давления и сахара. Контроль массы тела в домашних условиях.
Средства связи и коммуникации. (4 часа)			
Основные виды средств связи.	2		Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Стандартная клавиатура (смартфон, терминалы, банкоматы).
Мессенджеры.	2		Мессенджеры. Использование программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и др. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, оплаты мобильной связи.
Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)			
Выбор профессий.	3		Известные и знаменитые люди с нарушениями зрения, которые смогли стать успешными и достигнуть высоких результатов в своих профессиях: музыканты, политики и т.д.
Примеры трудоустройства выпускников школы.	3		Примеры трудоустройства выпускников школы. Статистика поступлений и выбор учебных заведений выпускниками школы. Тест «Выбор профессии». Выбор направления будущего трудоустройства. Трудоустройство инвалидов и подростков в Российской Федерации. Сайты поиска работ. Просмотр возможных вакансий. Формирование мотивации и желания работать.
Диагностика (1ч)			
Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1		Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

9 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (4 часа)			
	Личная гигиена и здоровье семьи.	2	Молодежные ежедневные прически. Прически. Плетение кос. Легкий дневной макияж. Основы нанесения. Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка. Парфюмерия и туалетные принадлежности для юношей и девушек.
	Хранение косметических средств.	2	Хранение косметических средств. Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами.
Одежда и обувь. (8 часа)			
	Современная мода.	2	Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа.

Уход за сезонной одеждой.	2	Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.
Ремонт одежды.	2	Штопка. Приемы глажения одежды из различных материалов. Технология глажения блузы. Глажение одежды с использованием проутюжительной ткани. Глажение брюк через проутюжительную ткань. Пользование вертикальным отпаривателем.
Повседневный уход за одеждой и обувью.	2	Повседневный уход за одеждой и обувью. Чистка обуви из нубука. Средства для ухода за кожаной обувью.
Питание. (12 часа)		
Мультиварка.	1	Устройство и принципы функционирования мультиварки. Блюда в мультиварке.
Культура здорового питания.	2	Диетическое питание. Приготовление блюда на пару. Приготовление диетического блюда по готовому рецепту. Оформление готового блюда.
Природный сад и огород.	2	Природный сад и огород. Устройство сада. Составляющие. Что растет в саду?
Оборудование и приспособления для консервирования.	2	Безопасные приемы и способы работы во время использования кухонных приспособлений и оборудования для консервирования фруктов и овощей. Определение качества плодово-ягодной и овощной продукции органолептическим методом. Условия и сроки хранения консервированной продукции. Способы закупорки банок и бутылок и технология приготовления и стерилизации консервов.
Консервирование овощей.	2	Первичная обработка овощей. Приготовление маринада. Приготовление маринада по готовому рецепту. Приготовление овощной консервы. Плодово-ягодные консервы. Первичная обработка фруктов и ягод.
Консервирование фруктов.	1	Приготовление сиропа. Приготовление плодово-ягодной консервы. Уборка рабочего места после консервирования (уборка со стола, мытье пола, посуды).
Кулинарные традиции в разных странах.	2	Приготовление национального европейского блюда из овощей или фруктов. Приготовление блюда в мультиварке. Оформление готового блюда.
Жилище. (4 часа)		
Поддержание порядка в собственном жилище.	2	Создание уюта. Замена постельного белья. Застилание кровати.
Сервировка стола к празднику.	2	Загрузка посудомоечной машины. Новогодние традиции разных народов. Украшение к Новому году.
Семья. (4 часа)		
Общение в семье.	2	Устройство семьи. Современные формы семьи (типы семьи: полная, неполная, с двумя поколениями и др.) Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Семейные конфликты и их разрешение. Умение владеть собой.
Бюджет молодой семьи.	2	Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Практическая работа. Моделирование семейных расходов и доходов. Психология межличностных отношений.
Коммуникативная культура. (6 часа)		
Общение	2	Общение с людьми, исповедующими разные религии. Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Различные способы повышения социального статуса.
Личность, пути ее совершенствования.	2	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.	2	Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.
Транспорт. (4 часа)		
Соблюдение безопасности на дорогах.	2	Расчет времени и стоимости пути по заданному туристическому маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля.
Проезд, ориентировка и поведение в транспорте.	2	Правила речевого этикета в транспорте. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.

Торговля. (8 часа)			
	Определители купюр.	2	Определение номинала купюр с помощью «Определителя купюр» на смартфоне, особенности использования программы без визуального контроля.
	Безналичный расчет.	2	Использование банкомата, терминала, «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay». Операции по карте, доступные через банкомат и терминал.
	Банковские услуги.	2	Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Открытые и закрытые рынки, принципы их устройства, особенности пользования ими без визуального контроля.
	Самостоятельная покупка.	2	Самостоятельная покупка продуктов и других товаров в магазинах с продавцом. Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Пользование интернет-магазинами.
Основы медицинских знаний. (3 часа)			
	Медицинская помощь.	3	Помощь больному до приезда врача. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела.
	Действия в экстремальных ситуациях.	3	Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место).
Средства связи и коммуникации. (4 часа)			
	Основные виды средств связи	2	. Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи.
	Мессенджеры.	2	Использование возможностей камеры мобильного устройства для увеличения рассматриваемых объектов, программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования при слабовидении.
Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)			
	Атлас новых профессий.	3	Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии. Документы, необходимые при трудоустройстве. Деловой этикет.
	Трудоустройство инвалидов.	3	Законодательные основы. 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.
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

10 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Диагностика (1ч)			
	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1	Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.
Личная гигиена и здоровый образ жизни. (4часа)			

Личная гигиена и здоровье семьи.	2	Молодежные ежедневные прически. Прически. Плетение кос. Легкий дневной макияж. Основы нанесения. Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка. Парфюмерия и туалетные принадлежности для юношей и девушек.
Хранение косметических средств.	2	Хранение косметических средств. Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами.
Одежда и обувь. (8 часа)		
Современная мода.	2	Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа.
Уход за сезонной одеждой.	2	Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.
Ремонт одежды.	2	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.	2	Повседневный уход за одеждой и обувью. Чистка обуви из нубука. Средства для ухода за кожаной обувью.
Питание. (12 часа)		
Мультиварка.	1	Устройство и принципы функционирования мультиварки. Блюда в мультиварке.
Культура здорового питания.	2	Диетическое питание. Приготовление блюда на пару. Приготовление диетического блюда по готовому рецепту. Оформление готового блюда.
Природный сад и огород.	2	Природный сад и огород. Устройство сада. Составляющие. Что растет в саду?
Оборудование и приспособления для консервирования.	2	Безопасные приемы и способы работы во время использования кухонных приспособлений и оборудования для консервирования фруктов и овощей. Определение качества плодово-ягодной и овощной продукции органолептическим методом. Условия и сроки хранения консервированной продукции. Способы закупорки банок и бутылок и технология приготовления и стерилизации консервов.
Консервирование овощей.	2	Первичная обработка овощей. Приготовление маринада. Приготовление маринада по готовому рецепту. Приготовление овощной консервы. Плодово-ягодные консервы. Первичная обработка фруктов и ягод.
Консервирование фруктов.	1	Приготовление сиропа. Приготовление плодово-ягодной консервы. Уборка рабочего места после консервирования (уборка со стола, мытье пола, посуды).
Кулинарные традиции в разных странах.	2	Приготовление национального европейского блюда из овощей или фруктов. Приготовление блюда в мультиварке. Оформление готового блюда.
Жилище. (4 часа)		
Поддержание порядка в собственном жилище.	2	Создание уюта. Замена постельного белья. Застилание кровати.
Сервировка стола к празднику.	2	Загрузка посудомоечной машины. Новогодние традиции разных народов. Украшение к Новому году.
Семья. (4 часа)		
Общение в семье.	2	Устройство семьи. Современные формы семьи (типы семьи: полная, неполная, с двумя поколениями и др.) Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Семейные конфликты и их разрешение. Умение владеть собой.
Бюджет молодой семьи.	2	Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Практическая работа. Моделирование семейных расходов и доходов. Психология межличностных отношений.
Коммуникативная культура. (6 часа)		
Общение	2	Общение с людьми, исповедующими разные религии. Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Различные способы повышения социального статуса.
Личность, пути ее совершенствования.	2	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.	2		Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.
Транспорт. (4 часа)			
Соблюдение безопасности на дорогах.	2		Расчет времени и стоимости пути по заданному туристическому маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля.
Проезд, ориентировка и поведение в транспорте.	2		Правила речевого этикета в транспорте. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.
Торговля. (8 часа)			
Определители купюр.	2		Определение номинала купюр с помощью «Определителя купюр» на смартфоне, особенности использования программы без визуального контроля.
Безналичный расчет.	2		Использование банкомата, терминала, «Apple Pay», «Mir Pay» и «Google Pay». Операции по карте, доступные через банкомат и терминал.
Банковские услуги.	2		Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Открытые и закрытые рынки, принципы их устройства, особенности пользования ими без визуального контроля.
Самостоятельная покупка.	2		Самостоятельная покупка продуктов и других товаров в магазинах с продавцом. Самостоятельный выбор товаров и покупки на рынках и в киосках. Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Пользование интернет-магазинами.
Основы медицинских знаний. (3 часа)			
Медицинская помощь.	3		Помощь больному до приезда врача. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств. Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела.
Действия в экстремальных ситуациях.	3		Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место).
Средства связи и коммуникации. (4 часа)			
Основные виды средств связи	2		. Мобильные устройства. Программы экранного незрительного доступа. Электронные подписи и графические ключи.
Мессенджеры.	2		Использование возможностей камеры мобильного устройства для увеличения рассматриваемых объектов, программ определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования при слабовидении.
Выбор профессии и трудоустройство. (6 часа)			
Атлас новых профессий.	3		Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слабовидящих. Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии. Документы, необходимые при трудоустройстве. Деловой этикет.
Трудоустройство инвалидов.	3		Законодательные основы. 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.
Диагностика (1ч)			
Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки.	1		Оценка умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1 Условия реализации коррекционного курса «Социально-бытовая ориентировка»

Для реализации коррекционного курса «социально-бытовая ориентировка» необходимо следующее оборудование и программное обеспечение:

- Тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами
- Программами определения купюр «Tap TapSee», программой «Be My Eyes»,
- сенсорные мобильные устройства;
- Программы «Гу-гу», «Яндекс-карты»

3.2 Учебно-методические средства обучения

Электронно-образовательные ресурсы:

- Книги и пособия по социально-бытовой ориентировке (http://tiflopedagogu.blogspot.com/p/blog-page_20.html).

Список методической литературы:

- 1. Бельмер В.А., Григорьева Л.П. и т.д. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида. Коррекционная работа в начальной школе. Ориентировка в пространстве. – Москва: «Просвещение», 1997 г.
- 2. В.З. Денискина, М.В. Венедиктова Обучение ориентировке в пространстве учащихся специальной (коррекционной) школы III-IV вида. Методическое пособие. ООО «ИПТК «Логос» ВОС» Москва-2007;
- 3. Мазелина Т.Б. Развитие пространственно-временных ориентиров ребенка в играх, тренингах, тестах. Ростов-на Дону. Феникс. 2002.
- 4. Павлова Т.А. Учебно-методическое пособие «Развитие пространственного ориентирования у младших школьников». – Москва: « Школьная пресса», 2004г.
- 5. Солнцева Л.И. Пространственная ориентировка слепых и слабовидящих // Солнцева Л.И. Тифлопсихология детства. - М., 2010, с.153-162.
- 6. Практическое пособие по обучению лиц с нарушением зрения «Ориентировка в пространстве», автор: М.П. Мухаев, Ростов-на-Дону: Феникс, 2012 г;
- 7. Обучение ориентировке в пространстве учащихся специальной (коррекционной) школы для детей с нарушениями зрения: Учебно-методическое пособие / Под редакцией к.п.н. В.З. Денискиной. - Н. Новгород: ННГУ, 2002.

3.3 Коррекционно-педагогическое оборудование:

Оборудование кабинета учителя-дефектолога (проект «Доброшкола»)

- Ноутбук LENOVO V15III
- ПО транслятор текста в Брайль Duxbury Braille Translator (DBT)
- Электронный ручной видеоувеличитель (ЭРВУ) «RUBY»
- Принтер для печати с рельефно-точечным шрифтом Брайля VP EmBraille
- Стационарный увеличитель TOPAZ XL HD24
- Говорящий электронный калькулятор
- Портативный тактильный дисплей Брайля Fokus 40 Blue
- Устройство для печати тактильной графики «PIAF»