

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Екатеринбургская школа-интернат № 10, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

ПРИНЯТО

решением методического объединения учителей
социально-гуманитарного цикла Протокол №1 от
26.08.2024 г.

ПРИНЯТО

решением методического объединения
учителей социально-гуманитарного
цикла
Протокол №1 от 27.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

с зам. директора по
УВР 27.08. 2024 г

СОГЛАСОВАНО

с зам. директора по УВР

28.08. 2025 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курса внеурочной
деятельности
«Социально-бытовая ориентировка»
для среднего общего образования
Срок освоения программы: 2 года
(11-12 классы)

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- формировать мотивации к самообслуживанию и самостоятельному ведению домашнего хозяйства;
- формировать активную жизненную позицию, отсутствие иждивенческих взглядов;
- формировать ответственное отношение к организации самостоятельной жизни, качественному выполнению социально-бытовой и социально-коммуникативной деятельности;
- формировать осознание своей гендерной принадлежности, принятие и выполнение социальных ролей и моделей поведения, заданных гендерной принадлежностью;
- формировать компетентности в сфере семейных отношений, собственной автономии в системе отношений с родителями и другими родственниками, готовность к созданию собственной семьи, рациональной организации ее функционирования;
- формировать готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- формировать коммуникативную культуру 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;
- формировать готовность к бесконфликтному, конструктивному и деловому общению с использованием вербальных и невербальных средств коммуникации, цифровых сервисов, средств, инструментов и технологий виртуального общения;
- формировать готовности обращаться за помощью к незнакомым людям и адекватно принимать предлагаемую помощь;
- формировать готовность к самостоятельной финансовой деятельности, участию в торгово-денежных отношениях, независимости в принятии финансовых решений и совершении финансовых операций;
- формировать самостоятельность, стрессоустойчивость и уверенность в своих возможностях;
- формировать готовность к конструктивному преодолению трудных ситуаций.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- уметь 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;
- уметь самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- уметь 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;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- уметь 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.

- соблюдать правила личной гигиены и основы здорового образа жизни;
- соблюдать гигиенические правила поведения в местах общего пользования;
- использовать разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами в зависимости от гендерной принадлежности;

- 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;
- уметь выбирать различные сорта мыла в зависимости от назначения, ориентируясь на форму, запах, присущий многим из них, и рационально их использовать;
- 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.

- 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;
- определять части и детали одежды (воротник, рукава, манжеты, карманы, лацканы, подол, спинка, полочки, пояс), части обуви (носок, пятка, голенище, подошва, каблук, стелька);
- 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);
- выбирать и составлять одежду и обувь определенного вида;
- классифицировать одежду и обувь по группам и видам;
- 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;
- различать способы изготовления одежды (сшита, связана);
- использовать способы хранения одежды (складывание, развешивание и т.д.);
- владеть приемами складывания различных предметов одежды;
- использовать способы развешивания одежды (на стуле, на вешалке, на крючке), рациональные способы размещения обуви;
- рационально размещать обувь в специально отведенном для этого месте;
- использовать 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;
- использовать требования техники безопасности при работе с утюгом, иголкой, булавкой, ножницами;
- 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;
- определять помещение по функциональному назначению и по характерному предметному наполнению;
- иметь представления об особенностях внешнего вида и внутреннего наполнения своего дома;

- иметь представления о предметах мебели и их частей;
- иметь представления о видах мебели (для спальни, детской, гостиной, игровой);
- составлять макет жилой комнаты;
- выбирать мебель для каждого помещения и рационально размещать ее на макете;
- иметь представления о гигиенических требованиях, предъявляемые к жилым помещениям;
- 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;
- использовать необходимый инвентарь для уборки помещений и правила его хранения;
- использовать 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.

- иметь представления об основных продуктах питания: их названия, отличия по внешнему виду, вкусу, запаху;
- иметь представление о группах продуктов: овощи, фрукты, мясные, рыбные, молочные, мучные, хлебобулочные;
- узнавать продукты среди других групп продуктов, распределять продукты по группам;
- находить продукты по их описанию, описывать продукты по образцу педагога, по схеме, по плану;
- иметь представления о признаках свежих и испорченных продуктов;
- определять испорченные продукты;
- уметь правильно хранить продукты;
- выбирать продукты, которые обязательно нужно хранить в холодильнике;
- уметь механически обрабатывать продукты;
- извлекать продукты из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей и фруктов;
- упаковывать продукты разным способом: заворачивать, укладывать, наливать, насыпать;
- соблюдать правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и приспособлениями;
- отмерять нужное количество продуктов мерной ложкой, чашкой, стаканом;
- уметь наливать кипяток в заварочный чайник и чашку;
- соблюдать правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- 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;
- пользоваться кухонными бытовыми приборами (плита, микроволновка, блендер, миксер и т.д.);
- пользоваться тифлотехническими средствами и устройствами бытового назначения в процессе приготовления пищи;
- готовить простейшие блюда;
- готовить первые блюда;
- готовить гарниры, вторые блюда из мяса и рыбы;
- готовить сладкие блюда;
- владеть навыками культуры поведения за столом;

- соблюдать правила приема пищи и культуру поведения за столом;

Семья.

- 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.

- тактично и вежливо разговаривать со взрослыми и сверстниками;
- адекватно использовать формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому;
- соблюдать правила речевого этикета при посещении общественных мест (кинотеатр, музей, библиотека);
- соблюдать правила поведения в различных объектах торговли и обращения за помощью к сотрудникам и покупателям;
- соблюдать правила поведения в гостях;
- уметь выбирать подарки;
- уметь вручать и принимать подарки;
- применять 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;
- 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.

- показывать доступными способами и называть транспортные средства, выделять транспортные средства среди других предметных групп;
- описывать виды транспорта и узнавать их по описанию;
- классифицировать транспорт по видам;
- сравнивать транспортные средства по способу передвижения, по назначению;
- предъявлять проездные билеты, документы контролеру, водителю;
- 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.

- иметь представления о вреде самолечения;
- уметь пользоваться градусником (в т.ч. «говорящим» термометром);
- оказывать первую помощь при ожоге, порезе, ушибе;
- накладывать повязку на рану;
- наклеивать антисептический пластырь на поврежденное место;
- уметь использовать средства оптической коррекции (для слепых с остаточным зрением);
- поддерживать в чистоте средства оптической коррекции зрения;
- рационально использовать способы снятия зрительного и тактильного утомления;
- соблюдать рекомендации врача-офтальмолога;
- соблюдать режим зрительных нагрузок в повседневной жизни (для слепых с остаточным зрением).

Торговля.

- различать российские монеты и банкноты разного номинала;
- определять номинал купюр с помощью специального программного обеспечения, установленного на мобильном устройстве;
- пользоваться банковской картой;
- 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;
- осуществлять оптимальный выбор объекта торговли для приобретения конкретного товара;
- 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 оптимальный способ доставки.

Средства связи и коммуникации.

- использовать мобильные устройства под управлением программ экранного доступа в качестве средств связи и коммуникации;
- использовать мессенджеры в качестве средств связи и коммуникации под управлением программ экранного доступа;
- пользоваться электронными подписями и графическими ключами;
- осуществлять доступные операции с использованием терминалов и банкоматов;
- пользоваться стандартной клавиатурой любого устройства;
- использовать программы определения купюр для выяснения их номинала без визуального контроля;

- использовать программы «Be My Eyes», «Опиши мне» для выяснения и описания содержания фотографий, картинок и других графических объектов;
- использовать смартфон для разработки маршрута путешествия,
- прочтения рекомендаций врача, различных плоскочечатных текстов, оплаты мобильной связи;
- самостоятельно совершать финансовые операции с использованием мобильных банков;
- использовать смартфон, ноутбук и тактильный (брайлевский) дисплей для записи необходимой информации.

Выбор профессии и трудоустройство.

- проявлять интерес к конкретным профессиям, адекватно оценивать свои возможности относительно этих профессий;
- понимать необходимость профессионального самоопределения с учетом отсутствия или глубокого нарушения зрения;
- иметь представления о деловом этикете;
- составлять резюме;
- обладать готовностью предложить свои услуги и доказать свою конкурентоспособность, в т.ч. на открытом рынке труда.

2. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

11 класс

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

Личная гигиена и здоровый образ жизни.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Питание. Культура питания.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Жилище.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Семья.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Коммуникативная культура.

Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии. Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования. Совершенствование навыков использования невербальных средств коммуникации в различных ситуациях. Особенности общения между юношами и девушками. Стрессы, в т.ч. обусловленные отсутствием или глубоким нарушением зрения, душевные кризисы, в т.ч. обусловленные неадекватным отношением к нарушению. Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Транспорт.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Торговля.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Основы медицинских знаний.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного незрительного доступа. Электронные подписи и графические ключи. Мессенджеры и особенности их доступности для слепых. Знакомство с программами определения купюр, видеокамерой для слепых «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других. Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскостпечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования слепыми людьми. «Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон и брайлевскую строку для записи необходимой информации.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Выбор профессии и трудоустройство.

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

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

12 класс

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

Личная гигиена и здоровый образ жизни.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся.

Питание. Культура питания.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Жилище.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Семья.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Коммуникативная культура.

Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии. Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования. Совершенствование навыков использования невербальных средств коммуникации в различных ситуациях. Особенности общения между юношами и девушками. Стрессы, в т.ч. обусловленные отсутствием или глубоким нарушением зрения, душевные кризисы, в т.ч. обусловленные неадекватным отношением к нарушению. Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Транспорт.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Торговля.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Основы медицинских знаний.

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

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Средства связи и коммуникации. Основные виды средств связи.

Мобильные устройства. Программы экранного невизуального доступа. Электронные подписи и графические ключи. Мессенджеры и особенности их доступности для слепых. Знакомство с программами определения купюр, видеокамерой для слепых «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 слепыми людьми. «Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон и брайлевскую строку для записи необходимой информации.

Диагностика практических умений и навыков социально-бытовой ориентировки обучающихся

Выбор профессии и трудоустройство.

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

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

1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

11 класс

Количество часов: всего 34 часа; в неделю 1 часа

1 четверть

№	Тема занятия	Кол- во час.	Виды деятельности обучаю- щихся	Тематиче- ский кон- троль
1	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки. Оценка исходного уровня готовности к освоению умений и навыков соци- ально-бытовой ориенти- ровки, предусмотренных программой основной школы.	1	<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практические тестовые задания; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои до- стижения. 	
Личная гигиена				
2	Молодежные ежедневные прически. Прически. Пле- тение кос.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную за- дачу, выбирают возможные способы ее достижения, пла- нируют деятельность и стре- мятся осуществить план; • изучают теоретический мате- риал о прическах; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое за- дание; • отвечают на итоговые стижения. 	

3	Легкий дневной макияж. Вечерний макияж. Основы нанесения.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о макияже; • обследуют средства и предметы макияжа; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
4-5	Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка.	2	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о парфюмерии; • обследуют парфюмерные средства; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
6	Хранение косметических средств.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал хранения косметических средств; • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

7	Разнообразные туалетные принадлежности по уходу за руками, лицом, волосами, зубами. Правила гигиенического поведения юношей и девушек.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о средствах личной гигиены юношей и девушек; • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
8	Физическое развитие и здоровье.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний • обследуют средства и предметы профилактики; • выступают с сообщениями; • выполняют итоговое практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
№	Тема занятия	Кол-во час.	Виды деятельности обучающихся	
Культура одежды и обуви				
9	Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о видах одежды, ее назначении; • обследуют одежду; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание 	
			<ul style="list-style-type: none"> • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

10	Аккуратное хранение и использование.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал раскладывают одежду по назначению, сезонам; • изучают теоретический материал обследуют о средствах и предметах ухода за одеждой • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
11	Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о приемах застегивания пуговиц и молний без визуального контроля; • обследуют разные виды застежек; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
12	Ремонт одежды. Штопка.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о ремонте одежды; • изучают теоретический материал обследуют о средствах и предметах ухода за одеждой; • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
13	Приемы глажения одежды из различных материалов. Пользование вертикальным отпаривателем.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о глажении; • обследуют предметы отпаривания одежды; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Жилище				
14	Поддержание порядка в собственном жилище.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об уборке • обследуют средства и предметы уборки; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
15	Создание уюта. Религиозные традиции разных народов. Украшение жилища к различным праздникам.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об уходе за комнатными растениями • обследуют средства и предметы ухода за растениями; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
16	Замена постельного белья. Застиливание кровати. Загрузка посудомоечной машины. Вредные насекомые в быту и способы борьбы с ними.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о постельном белье и алгоритме его застиливания; • обследуют постельное белье; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
№	Тема занятия	Кол-во час.	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
Продукты питания				
17	Составление меню на неделю с учетом рекомендаций по здоровому питанию и материальной доступности продуктов.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о продуктах; • обследуют продукты; • распределяют продукты по группам; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
18	Приготовление первого блюда (щи, борщ, лапша, суп с фрикадельками и т.д.). Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о органолептических свойствах продуктов; • обследуют продукты и определяют их свежесть; • изучают теоретический материал о хранении продуктов в холодильнике; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • обследуют холодильник • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
19	Приготовление второго блюда (котлеты с гарниром). Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о правилах обработки овощей; • изучают теоретический материал о правилах извлечения продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей; • изучают теоретический материал о способах отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием • обследуют различные упаковки продуктов; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
20	Приготовление второго блюда из рыбы. Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о посуде; • обследуют посуду; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

21	Приготовление сладкого блюда (десерт, пирожное, торт и т.д.). Пользование блендером и миксером.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о тифлотехнических средствах, используемых в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.); • обследуют тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.); • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Семья				
22	Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Общение в семье. Умение владеть собой. Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Моделирование семейных расходов и доходов. Уход за новорожденным ребенком. Психология межличностных отношений. Семейные конфликты и их разрешение.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о быте молодой семьи; • обмениваются мнениями об общении; • выступают с сообщениями о планировании семейного бюджета; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Основы медицинских знаний				

23	<p>Медицинская помощь. Помощь больному до приезда врача. Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о помощи больному до приезда врача; • изучают теоретический материал о профилактике глазных инфекций; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание по измерению артериального давления и температуры; • отвечают на итоговые вопросы. 	Тест
Коммуникативная культура				
24	<p>Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии. Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о принципах бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
25	<p>Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о индивидуальной подписи; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
Транспорт				
26	Соблюдение безопасности на дорогах. Расчет стоимости и времени пути по заданному маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля. Правила речевого этикета в транспорте. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о соблюдении безопасности на дорогах; • изучают материал по расчету стоимости и времени пути по заданному маршруту; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
№	Тема занятия	Кол-во час.	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
Торговля				
27	Самостоятельный наличный и безналичный расчет. Использование банкомата и терминала. Операции по карте, доступные через банкомат и терминал. Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Самостоятельное совершение финансовых операций с использованием различных технических средств.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о наличном и безналичном расчете; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
28	Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в т.ч. в сетевых гипермаркетах. Выбор, самостоятельный заказ и получение товаров в интернет-магазинах.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал выборе товаров в магазинах и заказе товаров в онлайн магазинах; • выступают с сообщениями; 	Тест

			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
Выбор профессии и трудоустройство.				
29	Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слепых.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об атласе профессий; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
30	Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о профессиях, требованиях к ним; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
31	Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. Трудоустройство в условиях открытого рынка труда на общих основаниях. Документы, необходимые для трудоустройства.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о трудоустройстве инвалидов; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Средства связи и коммуникации				
32-33	Основные виды средств связи. Мобильные устройства. Программы экранного невидимого доступа. Электронные подписи и графические ключи. Мессенджеры и особенности их	2	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о основных видах связи; 	

	доступности для слепых. Знакомство с программами определения купюр, видеокамерой для слепых «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других.		<ul style="list-style-type: none"> • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
34	Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, плоскочечатного текста. Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования слепыми людьми. «Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон и брайлевскую строку для записи необходимой информации.	1	<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практические тестовые задания. 	Тест

12 класс

Количество часов: всего 33 часа; в неделю 1 часа

1 четверть

№	Тема занятия	Кол-во час.	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
1	Выявление имеющихся у обучающихся умений и навыков социально-бытовой ориентировки. Оценка исходного уровня готовности к освоению умений и навыков социально-бытовой ориентировки, предусмотренных программой основной школы.	1	<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практические тестовые задания; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Личная гигиена				
2	Молодежные ежедневные прически. Прически. Плетение кос.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о современных стрижках и различных прическах для юношей и девушек; • выступают с сообщениями; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
3	Легкий дневной макияж. Вечерний макияж. Основы нанесения.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал макияже; • обследуют средства и предметы макияжа; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
4	Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о парфюмерных средствах; • обследуют средства и предметы парфюмерии; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
5	Разнообразие парфюмерии, ее использование и дозировка. Хранение косметических средств.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о хранении парфюмерных средств; • обследуют средства и предметы парфюмерии; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

6	Правила гигиенического поведения юношей и девушек. Физическое развитие и здоровье.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о средствах личной гигиены юношей и девушек; • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
7-8	Личная гигиена и здоровье семьи.	2	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о профилактика кожных, вирусных и бактериальных заболеваний • обследуют средства и предметы профилактики; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
№	Тема занятия	Кол-во час.	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
Культура одежды и обуви				
9	Уход за сезонной одеждой. Аккуратное хранение и использование. Подбор одежды в зависимости от сезона, назначения.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о видах одежды, ее назначении; • обследуют одежду; • раскладывают одежду по назначению, сезонам; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание 	
			<ul style="list-style-type: none"> • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

10	Повседневный уход за одеждой и обувью. Технология глажения блузы. Глажение одежды с использованием проутюжильной ткани. Глажение брюк через проутюжильную ткань. Пользование вертикальным отпаривателем.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал обследуют о повседневном уходе за одеждой. • изучают теоретический материал обследуют о средствах и предметах ухода за одеждой • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
11	Современная мода для юношей и девушек. Подбор одежды с учетом индивидуальных особенностей. Создание и изменение имиджа.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о приемах застегивания пуговиц и молний без визуального контроля; • обследуют разные виды застежек; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
12	Чистка обуви из нубука. Средства для ухода за кожаной обувью.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал обследуют о повседневном уходе за обувью; • изучают теоретический материал обследуют о средствах и предметах ухода за обувью; • обследуют средства и предметы ухода; • выступают с сообщениями; 	
			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	

13	Ремонт одежды. Штопка. Приемы глажения одежды из различных материалов.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о ремонте одежды; • обследуют средства и предметы ремонта одежды; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Жилище				
14	Поддержание порядка в собственном жилище. Создание уюта. Сервировка стола к празднику. Загрузка посудомоечной машины. Вредные насекомые в быту и способы борьбы с ними.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об уборке • обследуют средства и предметы уборки; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
13-14	Религиозные традиции разных народов. Украшение жилища к различным праздникам.	2	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об уходе за комнатными растениями • обследуют средства и предметы ухода за растениями; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
15	Замена постельного белья. Застилание кровати.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы 	Тест

			ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; <ul style="list-style-type: none"> • изучают теоретический материал о постельном белье и алгоритме его застилания; • обследуют постельное белье; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
№	Тема занятия	Ко л- во час .	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
Продукты питания				
16	Составление меню на неделю с учетом рекомендаций по здоровому питанию и материальной доступности продуктов.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о продуктах; • обследуют продукты; • распределяют продукты по группам; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
17	Приготовление первого блюда (щи, борщ, лапша, суп с фрикадельками и т.д.). Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о органолептических свойствах продуктов; • обследуют продукты и определяют их свежесть; • изучают теоретический материал о хранении продуктов в холодильнике; • обследуют холодильник; • выступают с сообщениями; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
18	Приготовление второго блюда (котлеты с гарниром). Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о правилах обработки овощей; • изучают теоретический материал о правилах извлечения продуктов из упаковки: разворачивание, вскрытие упаковки, выливание жидких продуктов, высыпание сыпучих продуктов, выкладывание овощей; • изучают теоретический материал о способах отмеривания нужного количества продуктов: мерной ложкой, чашкой, стаканом, взвешиванием • обследуют различные упаковки продуктов; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
19	Приготовление второго блюда из рыбы. Приготовление блюда в мультиварке.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о посуде; • обследуют посуду; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
20	Приготовление сладкого блюда (десерт, пирожное, торт и т.д.). Пользование блендером и миксером.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные 	Тест

			<p>способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план;</p> <ul style="list-style-type: none"> • изучают теоретический материал о тифлотехнических средствах, используемых в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.); • обследуют тифлотехнические средства, используемые в работе с продуктами (солонки, сахарницы и перечницы – дозаторы, индикаторы уровня жидкости и т.д.); • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
Семья				
21	<p>Быт молодой семьи. Распределение домашних обязанностей. Общение в семье. Умение владеть собой. Бюджет молодой семьи. Совместное планирование бюджета. Семейная экономика. Моделирование семейных расходов и доходов. Уход за новорожденным ребенком. Психология межличностных отношений. Семейные конфликты и их разрешение.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о быте молодой семьи; • обмениваются мнениями об общении; • выступают с сообщениями о планировании семейного бюджета; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
Основы медицинских знаний				

22	<p>Медицинская помощь. Помощь больному до приезда врача. Действия в экстремальных ситуациях. Оказание помощи при ранениях, ушибах, вывихах (наложение повязки на рану, наклеивание антисептического пластыря на поврежденное место). Профилактика конъюнктивитов и глазных инфекций. Соблюдение рекомендаций врача-офтальмолога. Измерение температуры, артериального давления и сахара в домашних условиях без визуального контроля. Контроль массы тела. Содержимое домашней аптечки, назначение и правила применения лекарственных средств.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о помощи больному до приезда врача; • изучают теоретический материал о профилактике глазных инфекций; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание по измерению артериального давления и температуры; • отвечают на итоговые вопросы. 	Тест
Коммуникативная культура				
23	<p>Принципы бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми. Корректное поведение. Общение с людьми, исповедующими разные религии. Различные способы повышения социального статуса. Личность, пути ее совершенствования.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о принципах бесконфликтного, конструктивного и делового общения с людьми; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
24	<p>Индивидуальная подпись и ее назначение. Элементы подписи. Создание собственной индивидуальной подписи. Автоматизация умения ставить свою подпись.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о индивидуальной подписи; • выступают с сообщениями; 	

			<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
Транспорт				
25-26	Соблюдение безопасности на дорогах. Расчет стоимости и времени в пути по заданному туристическому маршруту. Самостоятельное нахождение необходимой информации. Программа «Ту-ту», особенности ее использования без визуального контроля. Правила речевого этикета в транспорте. Разработка туристических маршрутов, с учетом выбора гостиниц.	2	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о соблюдении безопасности на дорогах; • изучают материал по расчету стоимости и времени в пути по туристическому маршруту; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
№	Тема занятия	Ко л- во час .	Виды деятельности обучающихся	Тематический контроль
Торговля				
27	Самостоятельный наличный и безналичный расчет. Использование банкомата и терминала. Операции по карте, доступные через банкомат и терминал. Банковские услуги. Программа «Сбербанк-онлайн». Услуги авто-платежей, мобильного банка и др. Самостоятельное совершение финансовых операций с использованием различных технических средств.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о наличном и безналичном расчете; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест
28	Самостоятельный выбор товаров и покупки в магазинах самообслуживания, в	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; 	Тест

	т.ч. в сетевых гипермаркетах. Выбор, самостоятельный заказ и получение товаров в интернет-магазинах.		<ul style="list-style-type: none"> • изучают теоретический материал выборе товаров в магазинах и заказе товаров в онлайн магазинах; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
Выбор профессии и трудоустройство.				
29	Атлас новых профессий. Обзор атласа новых профессий и профессий, доступных для слепых.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал об атласе профессий; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
30	Подбор интересующей и доступной профессии, требования и умения, необходимые для освоения профессии.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о профессиях, требованиях к ним; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	
31	Трудоустройство инвалидов. Законодательные основы. Трудоустройство в условиях открытого рынка труда на общих основаниях. Документы, необходимые для трудоустройства.	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о трудоустройстве инвалидов; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения. 	Тест

Средства связи и коммуникации			
32	<p>Основные виды средств связи.</p> <p>Мобильные устройства. Программы экранного невидимого доступа. Электронные подписи и графические ключи. Мессенджеры и особенности их доступности для слепых. Знакомство с программами определения купюр, видеокамерой для слепых «Tap TapSee», программой «Be My Eyes», «Опиши мне» и других.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • изучают теоретический материал о основных видах связи; • выступают с сообщениями; • выполняют практическое задание; • отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения.
33	<p>Использование смартфона для разработки маршрута путешествия, прочтения рекомендаций врача, скопечатного текста.</p> <p>Мобильные банки, интерфейс и возможности их использования слепыми людьми. «Домашний офис». Умение использовать ноутбук, смартфон и брайлевскую строку для записи необходимой информации.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> • выполняют практические тестовые задания.