

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнежиримская средняя общеобразовательная школа»
Тарбагатайский район
Республика Бурятия

Рассмотрена на заседании ШМО Протокол № 1 «30» 08 2023г М.А./Рыжакова	Согласовано: на метод.совете Протокол № 1 «30» 08 2023г Зам.директора по УВР К./Клементьева З.П./	Утверждено Директор школы: МСОВ Приказ № 24 «30» 08 2023г Е.Л./Котляревская
---	---	---



Рабочая программа
по учебному предмету «Социальная адаптация»
для 7 класса

Разработчик программы:
Рыжакова М.А

1. Пояснительная записка

Важнейшей задачей курса социально-бытовой ориентировки является формирование у обучающихся необходимого объема знаний и умений, а так же воспитание умения учиться – способности самоорганизации с целью решения учебных задач. Учебный предмет «Социально бытовая ориентировка» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме, развитию и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи.

- корректировать недостатки познавательной и эмоционально-волевой сфер; развить коммуникативные функции речи
- расширить кругозор обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- развить и совершенствовать навыки ведения домашнего хозяйства; воспитать положительные отношения к домашнему труду; развить умения, связанные с решением бытовых экономических задач;
- формировать социально-нормативное поведение в семье и обществе; формировать умения, необходимые для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства; формировать и развивать навыки самообслуживания и трудовые навыки, связанные с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомить с деятельностью различных учреждений социальной направленности; сформировать умение пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоить морально-этические нормы поведения, выработать навыки общения ;
- развить навыки здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.
- развить предметно-практические навыки, бытовой и трудовой деятельности;
- формировать у обучающихся знания и умения, способствующие социальной адаптации в обществе, безопасному поведению в социуме, в природе;
- воспитать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

Процесс обучения и воспитания, направленный на формирование личности ребенка, коррекцию недостатков развития создает предпосылки социальной адаптации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одним из предметов, на котором решаются социальные задачи, является социально-бытовая ориентировка. Это уроки, направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение общего развития.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено

замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. *Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения.*

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания – **ощущения** и **восприятие**. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс **мышления**, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов.

Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанниками также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Особенности нервной системы обучающихся, воспитанников проявляются и в особенностях их **внимания**, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его

распределения, замедленностью переключения. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые **представления** и **воображение**. Представлениям обучающихся с умственной отсталостью свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

У обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии **речевой деятельности**, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью проявляются и в нарушении **эмоциональной** сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми, а также положительную социализацию в обществе.

Возможность овладения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья знаниями при изучении предмета «Социально-бытовая ориентировка» во многом зависит от состояния коррекционной работы на уроках СБО. Преодолеть социальные последствия дефекта обучающегося с умственной отсталостью, а так же добиться его социальной адаптации можно лишь своевременно подготавливая его к активному и пассивному участию в жизни общества, в общественно-полезной деятельности. Овладение доступными социально-бытовыми навыками станут необходимыми для подготовки учащихся с умственной отсталостью к дальнейшей социализации. Таким образом, социально-бытовая ориентировка является эффективным средством развития личности школьника с умственной отсталостью.

Коррекционная работа включает следующие направления.
отдельных сторон психической деятельности:

- развитие восприятия, представлений, ощущений;
- развитие памяти;
- развитие внимания;
- развитие пространственных представлений и ориентации. Развитие

различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;
- развитие словесно-логического мышления.

Развитие основных мыслительных операций:

- развитие умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий;
- умение работать по инструкциям, алгоритму; планировать деятельность.

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:

- развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;
- формирование адекватности чувств;
- формирование умения анализировать свою деятельность. Коррекция

- развитие речи:

- коррекция монологической речи; диалогической речи;
- обогащение словаря.
- наглядно-образного мышления;
- зрительного восприятия;
- пространственных представлений и ориентации;

7 класс

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Личная гигиена</p> <p>Объяснить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила соблюдения личной гигиены, юношами и девушками. - правила смены нательного и постельного белья. <p>Доказать необходимость соблюдения правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка; гигиены одежды</p> <p>Одежда</p> <p>Объяснить особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами.</p> <p>Знать устройство стиральных машин и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную, с помощью стиральной машинки.</p> <p>Объяснять последовательность и особенности тюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей и т.д.</p> <p>Применять полученные навыки для ремонта разорванных участков одежды, штопать, стирать белое и цветное белье в ручную и с помощью</p>	<p>Личная гигиена</p> <p>Соблюдать :</p> <ul style="list-style-type: none"> правила личной гигиены, юношами и девушками. <p>Знать правила смены белья.</p> <p>Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, пинцетом, душем, ванной, унитазом.</p> <p>Составить и соблюдать режим дня и рационального питания для здоровья подростка;</p> <p>Одежда</p> <p>Подготовить к стирке цветное и белое белье, подобрать правила моющие средства.</p> <p>Уметь постирать и отремонтировать одежду.</p> <p>Уладить вещи</p> <p>Жилище</p> <p>Объяснить:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещений. <p>Уметь утеплять окна.</p> <p>Использовать моющие средства для уборки и мытья окон.</p>

<p>тиральной машинки, гладить одежду и белье.</p> <p><u>Жилище</u> Объяснить: Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещений. Периодичность и способы ухода за окнами. Способы утепления окон.</p> <p>Рассказать: - Правила ухода за мебелью в зависимости от покрытия. - Правила содержания животных в доме.</p> <p>Проводить уборку жилых помещений, чистить мебель, мыть зеркала и стекла, теплять окна.</p> <p><u>Питание</u> Рассказать и продемонстрировать: - Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов.</p> <p>Уметь : - Готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, мясные, рыбные, консервированные продукты и полуфабрикаты), готовить третьи блюда. Оформлять готовые блюда. Сервировать стол к обеду.</p> <p><u>Культура поведения</u> Объяснить: - Правила поведения при встрече и расставании. - Правила поведения в гостях. - Правила вручения и приема подарков.</p> <p><u>Транспорт</u> Классифицировать виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный), справочных служб, камеры хранения багажа.</p> <p>Проанализировать ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов, стоимость отдельных товаров.</p> <p><u>Почта</u> Составить перечень предметов отправляемых бандеролью. Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей. Заполнять бланки для отправки бандероли. Составлять опись отправляемых предметов. Упаковывать бандероль.</p> <p><u>Медицина</u> Проанализировать состав домашней аптечки (термометр, горчичники, перевязочные средства, дезинфицирующие средства).</p> <p>Распознавать местные лекарственные</p>	<p>Ухаживать за животными. Проводить уборку жилых помещений, чистить мебель, мыть зеркала и стекла, теплять окна.</p> <p><u>Питание</u> Продемонстрировать: - Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов. - Рассказать о возможности использования приспособлений, электроприборами, для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Уметь - приготовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, мясные, рыбные, консервированные продукты и полуфабрикаты).</p> <p><u>Культура поведения</u> Уметь вести себя в гостях, уметь встретить и принять гостей. Выбрать подходящую одежду для визита в гости.</p> <p><u>Транспорт</u> Знать назначение железнодорожного транспорта. Ориентироваться в расписании. Приобретать билеты в кассе. Обращаться в справочную службу вокзала и по телефону.</p> <p><u>Торговля</u> Приобретать некоторые товары в промтоварных магазинах. Подсчитать стоимость покупки.</p> <p><u>Почта</u> Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Заполнять бланки для отправки бандероли. Составлять опись отправляемых предметов. Упаковывать бандероль.</p> <p><u>Медицина</u> Рассказать правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Знать правила обработки ран и наложение повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Рассказать правила оказания первой помощи при сильных ушибах (покой и компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечности с помощью повязки или шины)</p> <p>Пользоваться термометром. Обрабатывать</p>
---	--

<p>астения.</p> <p>Знать правила обработки ран и наложение повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Рассказать правила оказания первой помощи при сильных ушибах (покой и компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечности с помощью повязки или шины)</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p> <p><u>Бюджет.</u></p> <p>Подсчитать бюджет семьи.</p> <p>Составлять доверенность на получение арплаты.</p> <p>Говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане. Классифицировать типы кожи и правила ухода за кожей лица.</p>	<p>аны и накладывать повязки.</p> <p>Подсчитать бюджет семьи.</p> <p>Составлять доверенность на получение арплаты.</p> <p>Говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане. Классифицировать типы кожи и правила ухода за кожей лица.</p> <p><u>Бюджет</u></p> <p>Объяснить, что такое бюджет. Знать источники дохода и расходов семьи</p>
---	---

7 класс (68 ч)

Личная гигиена

Тематика

1. Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.
2. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

Одежда

Тематика

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.
2. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.
3. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.
4. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

Практическая работа

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка.

Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

Экскурсия

Экскурсия в химчистку.

Питание

Тематика

1. Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.
2. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.
3. Сервировка стола к обеду.

Практическая работа

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

Семья

Тематика

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Практическая работа

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.

Разучивание тихих и подвижных игр.
Проведение игр с детьми младшего возраста.

Культура поведения

Тематика

1. Поведение в гостях.
2. Подарки

Практическая работа

Изготовление несложных сувениров.

Жилище

Тематика

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету
Санитарная обработка помещения в случае необходимости.
2. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.)
3. Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Практическая работа

Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

Транспорт

Тематика

1. Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.
 2. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов.
- Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

Экскурсия

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

Торговля

Тематика

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.
2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

Экскурсия

Экскурсия в промтоварный магазин

Средства связи

Тематика

1. Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка.
Стоимость пересылки.
2. Заполнение бланков.

Практическая работа

Заполнение бланков на отправку бандеролей.

Упаковка бандеролей.

Экскурсия

Экскурсия на почту.

Медицинская помощь

Тематика

1. Домашняя аптечка. Термометр.
2. Лекарственные растения.
3. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

Практическая работа

Упражнения в наложении повязок на рану поврежденную конечность.

Заваривание травяного настоя.

Обучающиеся должны иметь представление о

- вреде самолечения.

Учреждения, организации, предприятия

Тематика

1. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экскурсии

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

Экономика домашнего хозяйства

Тематика

1. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.
2. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия
3. Мелкие расходы.

Практическая работа

Упражнения по определению доходов семьи.

Составление доверенности на получение зарплаты.

7 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Виды деятельности обучающихся
1	Правила дорожного движения. Дорожные знаки.	3	Рассказывают о правилах поведения на дороге. Н
2	Личная гигиена.	3	Учатся ухаживать за телом, совершать утренний и
3	Сезонные явления	4	Рассказывают о погодных изменениях каждого с
4	Жилище.	3	Изучают Основные символы. Рассказывают о сво
5	Одежда и обувь	2	Изучают особенности стирки. Ухаживают за од Истиряют обувь, подготавливают к хранению.
6	Ориентирование в денежных знаках.	2	Изучают денежные знаки.
7	Транспорт.	2	Изучают основные виды транспортных средств.
8	Культура поведения.	2	Рассказывают о правилах поведения. Знакомятся
9	Средства связи.	1	Называют основные средства, работников по зготавливают конверты.
10	Торговля.	3	Называют магазины, отделы. Учатся укладывать
11	Медицинская помощь.	4	Знакомятся с медицинскими учреждениями, учат
12	Питание	3	Моют посуду, сервируют стол. Знакомятся с быт

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

7 класс — конец года

1. Выбери правильные варианты: Какие бывают типы волос?
гладкие, мягкие, сухие, жёсткие, нормальные, красивые, жирные.
2. Нарисуй условные обозначения рядом с пояснениями:
 _____ Ручная стирка
 _____ Стирка запрещена
 _____ Утюжка при высокой температуре
 _____ Утюжка при средней температуре
3. Перечисли виды супов.
4. Запиши правила приёма приглашения в гости и формы отказа.
5. Запиши, как подготовить помещение к зиме в условиях Сибири.
6. Поставьте в нужной последовательности: уход за полом.
7. Перечисли виды пассажирских вагонов.

8. Отметь правильные ответы: перечисли виды бандеролей: сложная, простая, круглая, заказная, неценная, ценная, с уведомлением.
9. Поставьте в нужной последовательности: первая медицинская помощь при вывихе.
10. Перечисли промышленные предприятия.

Ожидаемые результаты

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке воспитанники:

- научатся правилам ведения домашнего хозяйства;
- получат практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- скорректируется личностное развитие и подготовка их к самостоятельной жизни.

7 КЛАСС

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- правила личной гигиены девушки и юноши;
- виды косметических салфеток;
- правила ухода за кожей лица и волосами.

Обучающиеся должны уметь:

- определить тип кожи и волос;
- подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос;
- правильно ухаживать за лицом и волосами.

Одежда и обувь.

Обучающиеся должны знать:

- особенности стирки цветного и белого белья;
- правила пользования моющими средствами;
- устройство стиральной машины и правила пользования ею;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды и стирке в ручную и с помощью стиральной машины санитарно-гигиенические требования — последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей;
- назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную;
- правила пользования прачечной самообслуживания.

Обучающиеся должны уметь:

- ремонтировать разорванные места одежды: разными видами штопки, накладыванием заплат;
- стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины;
- гладить одежду и белье.

Питание.

Обучающиеся должны знать:

- виды питания, их особенности;
- значение первых, вторых блюд;
- правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером) и др.;
- приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов;
- составить меню завтрака, обеда, ужина на день.

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения: при встрече и расставании правила поведения в гостях правила поведения при вручении и приема подарков.

Обучающиеся должны уметь:

- культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.);
- выбирать подарки;
- изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки.

Жилище.

Обучающиеся должны знать:

- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
- способы и периодичность ухода за окнами;
- виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;
- способы утепления окон;
- правила топки печей и заготовки топлива;
- правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытий.

Обучающиеся должны уметь:

- убирать жилые помещения;
- мыть зеркала и стекла;
- утеплять окна;
- ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- топить печку с учетом местных особенностей.

Транспорт.

Обучающиеся должны знать:

- функции железнодорожного транспорта;
- тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий);
- примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния;
- виды справочных служб, камер хранения;
- сроки и стоимость хранения багажа;
- о сроках и месте возврата приобретенного билета.

Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- приобретать билеты ж/д кассе;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;
- ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом;
- выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте.

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- назначение универмага и универсама;
- различия между ними;
- за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам;
- стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров.

Обучающиеся должны уметь:

- найти нужные товары в отделах универмага или универсама;
- приобретать товары с учетом необходимости в потребности их и финансовым возможностями.

Средства связи.

Обучающиеся должны знать:

- перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;
- максимальный вес почтовых отправлений;
- виды, и способы упаковок;
- виды почтовых отправлений.

Обучающиеся должны уметь:

- заполнить бланк на отправку бандероли, посылки;
- составить опись посылаемых предметов;
- упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке;
- определить стоимость почтовых отправлений

Медицинская помощь.

Обучающиеся должны знать:

- меры по предупреждению переломов;
- виды доврачебной помощи;
- правила обработки раны и наложения повязки;
- меры предупреждения осложнений после травмы;
- правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).

Обучающиеся должны уметь:

- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи;
- готовить настои, отвары из лекарственных растений;
- обрабатывать раны, накладывать повязки.

Бюджет

Обучающиеся должны знать:

- о наличии денег в кармане или дома;
- о составных частях бюджета семьи;
- о заработной плате членов семьи.

Обучающиеся должны уметь:

- подсчитывать бюджет семьи;
- составлять доверенность на получение заработной платы