

УТВЕРЖДЕНО

Постановление
Министерства образования
Республики Беларусь
15.08.2023 № 266

**Программа коррекционных занятий «Социально-бытовая ориентировка»
для I–IV классов учебного плана специальной школы, специальной
школы-интерната для учащихся с нарушениями зрения**

**ГЛАВА 1
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1. Настоящая программа коррекционных занятий «Социально-бытовая ориентировка» (далее – программа) предназначена для I–IV специальной школы, специальной школы-интерната для учащихся с нарушениями зрения (далее – учащиеся).

2. Содержание настоящей программы не имеет регламентации по времени изучения. Количество часов на изучение учебного материала определяется педагогическим работником на основании результатов педагогической диагностики. Педагогический работник имеет право перераспределять количество часов на изучение разделов, тем, учебного материала внутри темы в пределах часов, регламентированных учебным планом специальной школы, специальной школы-интерната для учащихся с нарушениями зрения.

3. Цель – формирование у учащихся специальных знаний и умений (саногенного и бытового характера), обеспечивающих самостоятельность при выполнении практических действий в типичных и проблемных социально-бытовых ситуациях с учетом измененной (резко суженной) сенсорной (зрительной) основы.

4. Задачи:

формировать умения самостоятельно ориентироваться в разных сферах повседневной жизнедеятельности;

формировать умения осуществлять разные виды практической деятельности в социально-бытовой сфере, в том числе, с использованием специфических способов и приемов, тифлотехники бытового назначения;

формировать умения определять и применять рациональные способы и приемы выполнения практических действий в быту;

формировать умения профилактики зрительных перегрузок.

5. Основная форма организации обучения социально-бытовой ориентировке – коррекционное занятие.

Рекомендуемые методы обучения:

практические (упражнение, практическая работа, моделирование реальных ситуаций, совместно-разделенных действий);

наглядные (демонстрация);

словесные (объяснение, разъяснение, информирование, инструктаж).

6. Основные требования к результатам освоения содержания учебного материала выражаются в том, что у учащихся будут сформированы:

знания стандартов личной гигиены; правил и способов сохранения здоровья, поддержания внешнего вида; средств и способов ухода за одеждой и обувью, приготовления пищи; требований к содержанию разных видов помещений; правил безопасной эксплуатации бытовой техники и домашней утвари; норм поведения при приеме пищи; специфических способов выполнения практической деятельности в условиях зрительной депривации;

умения определять свои ограничения и возможности в социально-бытовой сфере; реализовывать разные виды социально-бытовой деятельности для удовлетворения собственных потребностей; выполнять разные виды практической деятельности с помощью специфических приемов; применять тифлотехнику бытового назначения.

ГЛАВА 2 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Компетенция здоровьесбережения

Гигиеническая культура

Формируемые знания:

стандартов гигиены тела: процедуры, последовательность действий, способы выполнения;

о средствах личной гигиены, способов их использования, ухода, условий хранения;

способов ухода и охраны рук: для поддержания опрятного внешнего вида и качественного осязательного восприятия, при передвижении в пространстве, выполнении хозяйственных работ;

особенностей организации общественных туалетов;

стандартов личной гигиены в условиях временного пребывания (школа), постоянного и временного проживания (домашние условия, школа-интернат, оздоровительный лагерь);

правил гигиены зрения: дозировка зрительных нагрузок; эргономические требования при выполнении учебной работы, бытовых действий;

о распорядке дня как условия охраны зрения и средстве ориентировки во времени;

о средствах индивидуальной коррекции зрения: очки, контактные линзы, лупы, монокуляры, бинокляры, электронные увеличивающие устройства; правил использования, ухода, хранения;

способов закаливания организма: воздушные ванны, обтирание, обливание;

способов профилактики заболеваний: соблюдение правил личной гигиены, двигательная активность, регулярное выполнение физических упражнений, закаливание, использование соответствующей сезону и погоде одежды и обуви, сбалансированное полноценное питание, регулярные медицинские профилактические осмотры, уход за помещениями (уборка, проветривание, увлажнение воздуха), соблюдение режима труда и отдыха, грамотная организация рабочего места, отказ от вредных привычек;

о видах психологических зависимостей: компьютерная, телевизионная, номофобия (боязнь остаться без мобильного устройства), пищевая; их признаков (отсутствие ответственности за происходящее («Я не мог отказаться»), постоянство и регулярность деструктивного поведения, утрата контроля (человек обещает «больше не буду», но повторяет снова), отсутствие выбора (у человека истинное желание другое, но остановиться не может), об их влиянии на здоровье; о негативном воздействии некоторых зависимостей (чрезмерное увлечение компьютерными играми, просмотром телевизора, использованием мобильных устройств) на состояние зрения;

видов психофизиологических зависимостей (табакокурение, употребление курительных смесей), об их влиянии на здоровье и состояние зрения.

Формируемые умения:

применять приемы выполнения процедур утреннего и вечернего туалета в условиях зрительной депривации;

ухаживать за полостью рта, органами обоняния, слуха, зрения;

ухаживать за волосами (мыть, расчесывать);

ухаживать за кожей рук (смазывать кремом), ногтями (стричь маникюрными ножницами);

осуществлять уход за предметами личной гигиены (зубной щеткой, мыльницей, мочалкой, расческой, маникюрными ножницами);

пользоваться общественными туалетами;

выполнять гигиенические процедуры в условиях временного пребывания в школе-интернате, оздоровительном лагере и постоянного пребывания в домашних условиях;

соблюдать дозировку зрительных нагрузок;

соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к организации зрительной работы: освещенность помещения и рабочего места; индивидуальные средства коррекции зрения; режим зрительных нагрузок во время учебных занятий, самообслуживающих и бытовых действий, досуга; поза при разных видах работ;

составлять и соблюдать распорядок дня в разные периоды жизнедеятельности: учебный, каникулярный, выходного и праздничного дня;

выбирать и использовать индивидуальные средства коррекции зрения (в зависимости от вида деятельности, осуществляемой работы);

осуществлять уход за индивидуальными средствами коррекции зрения;

применять доступные способы закаливания организма;

определять возможные спортивные увлечения (в качестве пропедевтической подготовки к занятиям адаптивной физической культурой, выбору видов спорта для лиц с нарушениями зрения).

Внешний вид

Формируемые знания:

о значении внешнего вида для социального принятия (позитивной оценки окружающими, общественного уважения).

Формируемые умения:

оценивать свой внешний вид: с помощью зрения и осязательного восприятия;

контролировать свой внешний вид: с помощью зрения и осязательного восприятия;

поддерживать опрятный внешний вид: с помощью зрения и осязательного восприятия;

применять специфические приемы поддержания и контроля внешнего вида: ощупывание, одергивание (резкое краткое дергание краев деталей одежды вниз: подола

юбки, штанины брюк), соотнесение (установление соотношения между деталями (элементами) одежды, например, пуговицей и петлей).

Медицинская помощь

Формируемые знания:

состава домашней аптечки: перевязочные материалы; дезинфицирующие средства; медицинские изделия: электронный термометр, желативно инфракрасный, бесконтактный, тонометр для измерения артериального давления; разделитель таблеток (таблетница);

способов поведения при недомогании, заболевании: обращение за помощью, соблюдение постельного режима, следование рекомендациям врача;

о некоторых растениях (цветки ромашки, липы, облиственные верхушки полыни и иное), применяемых в качестве лекарственных препаратов по рекомендации врача;

о недопустимости и последствиях самолечения.

Формируемые умения:

применять бактерицидный пластырь, горчичники на клеевой основе (с помощью взрослого);

накладывать временную повязку с использованием перевязочных средств (с помощью взрослого);

использовать электронный медицинский термометр;

вводить лекарственные препараты в виде жидких форм (капли в глаза, нос) с использованием флаконов-дозаторов по назначению врача;

применять способы первой помощи при ушибах, ссадинах, порезах (промыть поврежденный участок, использовать дезинфицирующие средства, накладывать повязку (с помощью взрослого));

применять способы первой помощи при появлении респираторных признаков: полоскать горло, орошать носовую полость (с помощью взрослого);

применять способы первой помощи при травматических повреждениях органа зрения: промывать, накладывать стерильную повязку (с помощью взрослого);

комплектовать бокс домашней аптечки для использования в условиях зрительной депривации: маркировка отделений, медицинских изделий.

Раздел 2. Семейно-бытовая компетенция

Семья

Формируемые знания:

о родословной, памятных датах, традициях семьи;

о социальных ролях в семье: сын, дочь, внук, внучка, сестра, брат;

обязанностей членов семьи: забота о младших и пожилых членах семьи, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей семьи, оказание помощи друг другу;

действий, демонстрирующих заботу о членах семьи: уход за больным, поздравление с праздниками (событиями), совместный досуг;

основных статей семейного бюджета: приобретение продуктов питания, одежды, лекарственных препараты, оплата коммунальных услуг, затраты на отдых;

об экономическом вкладе членов семьи в ее бюджет;

о взаимозависимости личных потребностей и материальных возможностей семьи;

о собственном вкладе в материальное благополучие семьи: бережное отношение к вещам, разумная трата «карманных» денежных средств.

Формируемые умения:

выполнять обязанности члена семьи;

оказывать помощь членам семьи;

планировать личные расходы.

Одежда, обувь

Формируемые знания:

о требованиях к содержанию одежды, обуви, головных уборов, тканых изделий (постельное белье, полотенца): использование по назначению, необходимость и периодичность смены, способы ухода, хранения;

способов ухода за одеждой и ткаными изделиями разного вида, из разных видов тканей (хлопчатобумажных, шерстяных и синтетических): чистка, стирка, сушка, утюжение;

способов хранения одежды: развешивание (на вешалках: плечиках, плечиках с параллельной перекладной, с прищепками (зажимами), раскладывание (на полках гардероба, в комод);

о видах маркировок одежды и обуви: сигнальные метки, маркеры;

о правилах ухода за одеждой, текстильными изделиями: учет цвета и состава ткани при выборе средств, способов;

о правилах ручной стирки: средства, способы;

о правилах стирки машинным способом: сортировка белья, выбор моющих средств;

о правилах утюжения одежды из разных тканей: хлопок, лен, шерсть, шелк;

о правилах ухода за обувью из разных материалов (кожаной, резиновой): способы, средства сушки и чистки;

санитарно-эпидемиологических требований, правил безопасной работы в процессе ухода за одеждой и обувью ручным способом;

о тифлотехническом оборудовании для рукоделия: нитковдеватель, иглы с боковым вдеванием нити, портновская мера с рельефным делением, нож, лезвие;

о правилах моделирования ансамблей в одежде: в соответствии с цветовым сочетанием, назначением, фасоном.

Формируемые умения:

застегивать различные виды застежек (пуговицы, кнопки, крючки, молнии, застежки на основе ленты-липучки (ленты Velcro) без зрительного контроля;

осуществлять повседневный уход за одеждой: очищать от загрязнений школьную форму перед размещением в шкафу, развешивать предметы одежды на вешалки разного вида (плечиках, плечиках с параллельной перекладной, с прищепками (зажимами));

выполнять ручную стирку небольших предметов: тканой салфетки, носового платка, предметов нательного белья;

чистить одежду с помощью платяной щетки, липкого валика;

утюжить небольшие изделия: носовой платок, тканые салфетки, предметы нательного белья;

складывать пуловер, водолазку, свитер (по определенной схеме), развешивать на тремпеле пиджак, рубашку, блузку, платье, брюки;

правильно хранить одежду: раскладывать на полках, в комод; развешивать на тремпеле;

применять специфические приемы хранения одежды: складывать носки, гольфы, колготки (например, способом «рулон»); раскладывать сложенные предметы одежды (например, нижнее белье) всегда в одном и том же маркированном отделении гардероба, комода;

маркировать предметы одежды, обуви, их части: определять объекты в качестве сигнальных меток, обозначать и размещать силиконовые маркеры (в карманах); пользоваться выбранной маркировкой;

осуществлять повседневный уход за обувью: удалять загрязнения, просушивать;

выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, вешалки, зашивать распоротый шов) качественно и безопасно (используя игольницу, нитковдеватель, наперсток, специальный нож, лезвие);

комплектовать органайзер для рукоделия (система меток, ячейки для размещения инструментов), пользоваться им;

составлять ансамбли в одежде и обуви с учетом назначения и условий ситуации: для школы, дома, праздника, прогулок.

Жилище, помещения

Формируемые знания:

о хозяйственно-бытовых помещениях школы (школы-интерната), их назначении: спальня, уборная, ванная, жилая комната, столовая;

об основных видах санитарных комнат, туалетов (личные, общественные, стационарные, кабинка), правилах посещения (бесплатные, платные, условно-бесплатные (для посетителей), соблюдении очередности пользования;

о видах санитарно-технических приборов (душевая кабина, биде), способов использования; разновидностях унитазов (лоханки, напольные, с сиденьем (стульчаком) и без, писсуар); алгоритме действий; особенностях использования в зависимости от пола;

о санитарно-эпидемиологических требованиях к содержанию помещений: хранение предметов в отведенных местах, проветривание, освещение, оптимальная температура воздуха, сухая уборка;

о видах, объеме, последовательности, периодичности уборки помещений;

о содержании ежедневной уборки помещений: очистка емкостей для мусора (удаление мусора, мытье емкости при непосредственном загрязнении), проветривание, протирание пыли, удаление грубых, видимых загрязнений, подметание, мытье пола;

о периодичности и последовательности сухой уборки помещений, необходимого инвентаря.

Формируемые умения:

пользоваться санитарными комнатами, туалетами (применять специфические приемы поиска унитаза (стопой, тростью), управлять сливным устройством (в бачке, подвесной, сливной кран), использовать одноразовые накладки на унитаз);

подметать, пылесосить, используя специфические приемы: разделение на сектора, используя осязание стоп;

застилать свою постель;

вытирать пыль сухим способом, используя специфические приемы: разделение на участки, расположение рук на выделенных участках; обследовательские действия участков поверхности.

Бытовая техника, домашняя утварь

Формируемые знания:

о предметах посуды для приготовления, хранения (кухонная) и приема пищи (столовая, чайная);

о средствах и способах ухода за кухонной и столовой посудой: мытье, чистка, сушка;

о типах чайников (электрический, для плит);

о видах утюгов (простой, с терморегулятором, отпаривателем), правил безопасной эксплуатации, указанных в прилагаемой инструкции;

правил безопасной эксплуатации, указанных в прилагаемой инструкции;

о тифлотехнических приборах бытового назначения для приготовления пищи: дозаторы жидких и сыпучих продуктов, нож-дозатор, ограничители для нарезания, секционная посуда;

о видах пылесосов (традиционные, моющие, для сухой уборки, ручные, роботы-пылесосы), правилах подготовки пылесоса к работе на основании прилагаемой инструкции, требований по уходу.

Формируемые умения:

подготавливать электрический чайник к работе (вылить оставшуюся воду, при необходимости сполоснуть проточной водой, налить нужный объем воды, поставить

чайник на подставку, проверить включение штепсельной вилки шнура питания в розетку сети электропитания, включить чайник);

подготавливать чайник для кипячения на плите (вылить оставшуюся воду, при необходимости сполоснуть проточной водой, налить нужный объем воды, поставить чайник на конфорку, включить конфорку);

кипятить воду в чайнике; при использовании чайника для плит определять момент закипания воды на слух, с помощью температурных ощущений (приближая внутреннюю часть ладони к стенке чайника);

включать, выключать электрическую плиту (допуск к использованию газовых плит осуществляется с пятого года обучения); определять степень нагрева, остывания конфорок (с помощью температурных ощущений), соблюдая правила техники безопасности;

мыть кухонные принадлежности, инвентарь, посуду, соблюдая правила безопасности для кожи рук, глаз;

чистить кухонные принадлежности, инвентарь, посуду, соблюдая правила безопасности для кожи рук, глаз;

пылесосить с соблюдением правил техники безопасности, чистить пылесос.

Приготовление пищи

Формируемые знания:

о группах продуктов питания (хлебобулочные, макаронные изделия, крупы, бобовые, молочные, мясные, рыбные, овощи, фрукты, ягоды; орехи и грибы; кондитерские изделия; пищевые жиры; напитки), правил и способов хранения;

о рационе питания, полезных и «вредных» продуктах;

о системе обозначения контейнеров для хранения продуктов;

о правилах хранения и обработки готовых продуктов, приготовленной пищи, последствий нарушения соответствующих правил хранения: порча, возможные пищевые отравления;

системы обозначений готовых продуктов и приготовленной пищи;

о порционности еды: жидких и мясных блюд, гарниров, десертов;

о наборе продуктов для приготовления традиционных бутербродов;

о санитарно-эпидемиологических требованиях при приготовлении пищи: гигиена рук, одежды, доброкачественность продуктов, чистота оборудования, хранение приготовленной пищи;

правил первичной обработки овощей, фруктов: сортировка, мытье, чистка.

Формируемые умения:

готовить бутерброды из подготовленных продуктов;

нарезать хлебобулочные изделия с использованием специального ножа-дозатора, специфических приемов (установление ножа режущей кромкой наружу);

намазывать «мягкие» (масло, мягкий сыр, паштет и иное) продукты;

наливать, переливать жидкости разной температуры (холодной, только что вскипевшей) с использованием звуковибрационного индикатора уровня жидкости, с помощью специфических приемов (удержание указательного пальца у верхнего сечения приемного сосуда, по весу, по звуку, на основании разницы температур на наружной поверхности сосуда, с помощью ложки);

определять степень наполнения сосудов: по весу (поднимая время от времени сосуд), по звуку (по мере наполнения сосуда тон звука меняется), с помощью звуковибрационного индикатора уровня жидкости;

заваривать пакетированный чай;

сортировать овощи для хранения;

мыть овощи, фрукты, ягоды: под проточной водой, замачивая в холодной воде, с помощью щетки;

обрабатывать сырые и отварные овощи: чистить (по частям, вертикально, по спирали), нарезать (кубиками, соломкой) с опорой на сохранные анализаторы;
натирать отварные и сырые овощи, соблюдая правила безопасности для рук;
готовить салаты из сырых и отварных овощей (2–3 вида);
безопасно определять готовность пищи: инструментально, фиксируя время, с помощью обоняния (ориентируясь на характерные запахи: пассированного лука, отваренной и жареной рыбы, пригорания);
соблюдать требования гигиены при приготовлении пищи: мытье рук, соблюдение внешнего вида (чистая одежда, убранные волосы); мытье продуктов; использование чистых кухонных принадлежностей, посуды;
составлять повседневное меню к завтраку, обеду, ужину.

Культура питания

Формируемые знания:

правил поведения за столом: использование столовых приборов, салфеток; соблюдение допустимого внешнего вида; сохранение позы; возможность разговора.

Формируемые умения:

сервировать стол к повседневному приему пищи (завтраку, обеду, ужину), соблюдая безопасную последовательность: от середины к краю, от низких предметов к высоким;
использовать секционную посуду для подачи блюд и приема пищи;
использовать специфические приемы (ориентировка на столе, в тарелке – прием «циферблат»), обеспечивающие аккуратный прием пищи;
соблюдать общепринятые нормы поведения в процессе приема пищи: использование столовых приборов по назначению, контроль издаваемых звуков (чавканья), соблюдение правил употребления блюд (жидких, порционных – откусывание, отрезание).

Раздел 3. Субъектная компетенция

Гендерное поведение, социальные роли

Формируемые знания:

сущности понятия «гендерная роль»: свойственное полу поведение, эмоциональные реакции, формирующиеся на основании совокупности социальных норм, традиций и культуры, принятых в обществе;

особенностей отношений к противоположному полу (эмоциональное принятие, конструктивное взаимодействие) на основании совокупности социальных норм, традиций и культуры, принятых в обществе;

содержания актуальных социальных ролей: «школьник(ца)» «член коллектива», способов реализации (ролей), ответственностей;

способов идентификации человека (внешний вид, голос, походка, личная рукописная подпись).

Формируемые умения:

демонстрировать свойственное полу поведение на основании совокупности социальных норм, традиций и культуры, принятых в обществе;

результативно исполнять актуальные социальные роли (демонстрировать соответствующую модель поведения с учетом общественных норм и правил).

Организация деятельности и поведения

Формируемые знания:

мотивов социально-бытовой деятельности: социальных (долженствование – необходимость выполнения, ответственность, полезность) и личных (занятие

определенной позиции, места в отношениях с окружающими; получение одобрения, определенных благ);

обобщенного алгоритма разных видов социально-бытовой деятельности: действия, операции, движения;

приемов самоконтроля осуществляемых действий;

критериев самооценки действий.

Формируемые умения:

планировать действия в разных видах деятельности (самообслуживающей, игровой, учебной) в школе и дома;

определять последовательность практических действий в разных видах деятельности (самообслуживающей, игровой, учебной);

выделять отдельное действие (чистка зубов, пришивание пуговицы), составляющие его операции и движения;

применять приемы самоконтроля действий: составление плана выполнения, сличение с эталоном;

прогнозировать результаты действий в разных видах деятельности;

сравнивать полученные результаты с запланированными (после выполнения всего действия, в процессе его выполнения после каждой операции);

контролировать и предотвращать (замещать) возможные проявления проблемного поведения, выражающиеся в совершении стереотипных (навязчивых) движений: раскачивание, стимулирование глазных яблок, передвижение по определенной траектории, теневая стимуляция глаза.

Субъектность личности

Формируемые знания:

о себе как о человеке и личности: внешний вид, предпочтения, переживания, потребности, возможности, ограничения, самооценка, уровень притязаний;

сути собственных действий: учебных (пишу, читаю, рисую и иные действия), бытовых (убираю, мою, чищу), познавательных (наблюдаю, рассматриваю, запоминаю, думаю);

мотивов личностного роста: стремление увеличить объем и качество знаний, их продуктивность.

Формируемые умения:

определять свои социальные и бытовые потребности как человека, имеющего нарушения зрения;

определять качество собственных умений в доступных видах деятельности: умею выполнять задания, убирать, покупать и иное;

выстраивать уровень притязаний, адекватный возможностям, способностям, социальной и деятельностной успешности.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся знают:

способы использования и хранения средств личной гигиены;

способы профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья;

доступные варианты закаливания организма;

правила охраны зрения при выполнении разных видов работ;

о влиянии психологических и психофизиологических зависимостей на здоровье и зрение человека;

состав домашней аптечки;

правила оказания первой помощи при ушибах, ссадинах и порезах, травматических повреждениях органов зрения;

негативные последствия самолечения;

родословную, памятные даты, традиции семьи;
основные обязанности членов семьи;
основные статьи расходов семейного бюджета;
назначения хозяйственно-бытовых помещений школы (школы-интерната);
санитарно-эпидемиологические требования к содержанию помещений;
объем и последовательность периодичной уборки;
санитарно-эпидемиологические требования по охране здоровья, зрения, кожи рук во время уборки помещений;
правила использования доступных предметов бытовой техники в соответствии с инструкциями и требованиями техники безопасности;
правила поддержания порядка на кухне;
назначение предметов кухонной и столовой посуды, кухонного инвентаря;
систему обозначения продуктов, приготовленной пищи при хранении;
содержания актуальных социальных ролей;
особенности своего внешнего вида;
свои ограничения, потребности, возможности, предпочтения;
способы идентификации человека.

Учащиеся умеют:

соблюдать правила личной, в том числе, интимной гигиены;
осуществлять уход за средствами и предметами личной гигиены;
использовать приемы ухода и охраны рук;
применять специфические приемы поддержания аккуратного внешнего вида;
организовывать рациональный режим дня;
использовать индивидуальные средства коррекции зрения;
осуществлять уход за индивидуальными средствами коррекции зрения;
соблюдать санитарно-эпидемиологические требования при организации зрительной работы;

определять возможные спортивные увлечения;
использовать перевязочные и дезинфицирующие средства, лекарственные препараты по назначению врача; приборы медицинского назначения;
определять симптомы недомогания как повод обращения за помощью;
выполнять домашние обязанности: уход за комнатными растениями, уборка игрушек, личных вещей, застилание своей постели, уборка посуды после приема пищи;
оказывать посильную помощь членам семьи: в приготовлении пищи, при уборке помещений;

застегивать разные виды застежек без зрительного контроля;
стирать мелкие предметы из текстиля, нательного белья ручным способом;
сушить, чистить одежду и обувь;
утюжить с соблюдением правил безопасной работы и складывать небольшие предметы из текстиля, одежду;

выполнять мелкий ремонт одежды с соблюдением правил безопасной работы;
использовать и хранить с соблюдением правил безопасной работы швейные инструменты;

составлять ансамбль в одежде в зависимости от ситуации, погодных условий;
выполнять ежедневную уборку помещений: подметать, пылесосить, вытирать пыль;
мыть, протирать, чистить некоторые предметы посуды для приготовления и приема пищи;

соблюдать элементарные санитарно-эпидемиологические требования и правила безопасной работы в процессе приготовления пищи;
наполнять жидкостью сосуды в необходимом объеме;
готовить бутерброды из приготовленных продуктов;
сортировать, мыть, чистить, нарезать и натирать сырые и отварные овощи с опорой на сохранные анализаторы;
готовить салаты из сырых и отварных овощей (2–3 вида);

- заваривать пакетированный чай;
- использовать контейнеры для хранения продуктов и готовой пищи;
- определять готовность пищи доступными, безопасными способами;
- составлять меню и сервировать стол к повседневному приему пищи (завтрак, обед, ужин);
- соблюдать общепринятые правила поведения за столом, в том числе, используя специфические приемы в процессе приема пищи;
- реализовывать актуальные социальные роли;
- осознавать свои действия;
- сопоставлять цель своей деятельности с достигнутым результатом;
- применять приемы самоконтроля;
- адекватно воспринимать похвалу, порицание;
- осознавать поводы для собственных переживаний;
- адекватно оценивать свои достижения;
- не допускать проявления стереотипных (навязчивых) движений.