**Адаптированная программа учебной дисциплины**

**АРК01**

**Социально-бытовая адаптация**

в профессии: 16675 Повар

*(ОВЗ)*

Форма обучения - очная

Срок обучения -1 год 10 месяцев

2020 г.

Адаптированная программа ***Социально-бытовая адаптация*** профессионального обучения по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностей служащих по профессии «Повар» обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на базе выпускников специальных (коррекционных) школ VIII вида без получения среднего общего образования, сроком обучения 1 год 10 месяцев, разработана с учетом Профессионального стандарта Повар, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 08.09. 2015 г. N 610н и методических рекомендаций по обучению, воспитанию детей с ОВЗ (с умственной отсталостью) с учетом их психофизических особенностей.

**Организация-разработчик:** *ГАПОУ БТОТиС*

**Разработчик:** *Тюмина Г.В., преподаватель ГАПОУ БТОТиС*

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена ЦК профессионального блока ГАПОУ БТОТиС, протокол № 1 «31» августа 2020 г.

**1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ ПРОГРАММЫ**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

***Социально-бытовая адаптация***

* 1. **Область применения программы.**

Адаптированная программа разработана и предназначена для изучения учебной дисциплины АРК.01 Социально-бытовая адаптация, для лиц с ограниченными возможностями здоровья, не имеющих основного общего образования.

Практика показала, что особенности психофизического развития обучающихся с умственной недостаточностью затрудняют их вхождение в социум.

Курс занятий социально-средовой адаптации направлен на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни.

Задача ПОУ - вселить в подростка веру в себя, свои силы, научить максимально реализовывать свои физические и духовные возможности, гармонично войти в жизнь и чувствовать себя востребованным в полном смысле слова.

Для этого необходимо создавать условия, т.е. благоприятную социально-педагогическую, коррекционно-развивающую среду, включающую специально организованное пространство и условия для эмоционального, познавательного, коммуникативного развития.

1. **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в адаптационно-реабилитационный курс.
2. **Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

**Цель программы:** Социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья и интеграция их в общество.

Задачи дисциплины:

-формирование умений ориентироваться в окружающем социуме на бытовом

уровне;

-формирование знаний, умений и навыков бытового труда;

-формировать представления о чистоте и порядке в помещении, на территории дома-интерната;

-формирование представлений и знаний о нормах культуры поведения, накопление соответствующего опыта;

-формирование социального поведения, умение адекватно общаться, обращаться за помощью, соблюдая принятые правила приличия;

-отработка навыков самообслуживания и личной гигиены для достижения возможной степени независимости;

-развитие и коррекция познавательных функций, эмоционально – волевой

сферы;

-воспитание позитивных качеств личности;

-воспитание уважительного отношения к труду людей.

**Принципы программы:**

-дидактический принцип возможности и особенности познавательной деятельности умственно отсталых детей;

-воспитывающая и развивающая направленность обучения; -научность и доступность обучения;

-систематичность и последовательность обучения;

-связь обучения с жизнью;

-принцип коррекции в обучении;

-принцип наглядности;

-познательность и активность воспитанников;

-индивидуальный и дифференцированный подход;

-прочность знаний, умений и навыков;

-принцип практической направленности обучения;

**По окончании курса обучения учащийся должен:**

Знать:

* правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены;
* санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;
* косметические средства для макияжа;
* средства по уходу за волосами, полостью рта;
* причины возникновения инфекционных и венерических заболеваний, профилактические меры;
* основные лекарства и пищевые добавки;
* порядок вызова экстренной помощи:
* назначение страхового медицинского полиса, порядок его получения;
* назначение листка нетрудоспособности, порядок его получения и предъявления по месту работы и учёбы;
* о вредном воздействии алкоголя и наркотиков на организм человека;
* о социальных последствиях, к которым приводят вредные привычки;
* о способах борьбы с вредными привычками;
* правила техники безопасности при работе с электроприборами;
* средства и способы борьбы с вредными насекомыми;
* символику и традиции праздников;
* способы ухода за одеждой и обувью;
* правила подбора одежды и обуви;
* назначение, стоимость услуг сотовой связи, интернета;
* порядок сдачи и получения вещей в ателье;
* виды общегородского транспорта;
* порядок оплаты проезда;
* основные маршруты района;
* правила дорожного движения;
* правила поведения в общественном транспорте;
* правила приема гостей и поведения в гостях;
* правила поведения за столом при приеме пищи;
* правила поведения в музее, театре;
* о кредитах, ссудах, налоговых льготах;
* отличие рыночной торговли от магазинной;
* способы определения правильности отпуска товара и подсчета его стоимости;
* состав семьи, обязанности ее членов;
* взаимозаменяемость продуктов;
* правила приготовления полуфабрикатов.

**Уметь:**

* ухаживать за ногтями, волосами, кожей лица;
* выполнять несложный макияж и удалять его с помощью косметических средств;
* ухаживать за волосами, делать несложные прически;
* ухаживать за полостью рта;
* ухаживать за больным в домашних условиях;
* пользоваться услугами страховой медицины;
* пользоваться бытовыми приборами;
* покупать предметы оформления жилья к различным праздникам;
* ухаживать за одеждой, обувью;
* выбирать одежду и обувь при покупке;
* пользоваться интернетом, «полезными» сайтами;
* пользоваться основными и дополнительными маршрутами от дома к различным учреждениям;
* получать необходимую информацию от прохожих и от работников транспорта;
* выполнять правила приема гостей и поведения в гостях;
* выбрать правильный подарок на день рождения;
* составить приблизительный расчет расходов бюджета семьи;
* следить за правильностью отпуска товара и подсчета его стоимости;
* помогать родителям ухаживать за младшими сестрами и братьями;
* заменять продукты с целью экономии и их пищевой ценности;
* использовать полуфабрикаты для приготовления пищи;
* покупать продукты на оптовом рынке.

**Формы работы:**

**-**коррекционно**-**развивающие занятия (индивидуальные, коллективные, групповые);

экскурсии;

-практические работы;

-моделирование реальной ситуации;

-совместная деятельность (праздники, конкурсы и развлечения);

-трудовая деятельность.

**Методы работы:**

-практические методы (дидактические игры, упражнения, задания);

-наглядные методы (натуральные предметы: одежда, обувь, посуда; реальные объекты: помещение, учреждение; игрушки, изображения);

-наглядные методы (натуральные предметы: одежда, обувь, посуда;реальные объекты: помещение, учреждение;муляжи,игрушки,изображения:предметные, сюжетные);

-словесные методы (рассказ, объяснение, беседа).

**1.4.** Программа составлена с учетом возрастных и психофизиологических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний, умений. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема информации.  
Социально-бытовая адаптация изучается как дисциплина по профессии «Швея», в объеме:

максимальной учебной нагрузки 36 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся 36 часов,

в том числе:

- теоретические занятия 32 часа;

- практические занятия 4 часа.

1. **Структура и содержание учебной дисциплины**

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

* 1. **Количество часов на освоение программы дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Вид учебной работы*** | ***Объем часов*** |  |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **36** |  |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **36** |  |
| в том числе: |  |  |
| теоретические занятия | 32 |  |
| практические занятия | 4 |  |
| Итоговая аттестация в форме **зачета** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * 1. **Тематическое планирование** | | | | | | |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические задания, самостоятельная работа** | | | | **Объём**  **часов** | **Уровень**  **освоения** |  |
| **1** | **2** | | | | **3** | **4** |  |
| **Тема**  **№ 1**  **Личная**  **гигиена** | **Содержание учебного материала** | | | | **3** |  |  |
| 1 | Правила личной гигиены в течение дня.  Предметы и средства личной гигиены | | | 1 | 1 |  |
|  |
|  |
| 2 | Уход за кожей рук и лица с помощью  косметических средств. Маникюр, принадлежности  для маникюра | | | 1 | 1 |  |
|  |
|  |
|  |
| 3 | Уход за волосами (мытье, прическа). Уход за  полостью рта | | | 1 | 1 |  |
|  |
|  |
| **Практические занятия** | | | | 1 |  |  |
| 1 | Выполнение ухода за ногтями, кожей лица. Выполнение несложного макияжа | | | 1 |  |
| Знать:  - правила личной гигиены,  предметы и средства личной  гигиены.  - способы ухода за ногтями  - санитарно-гигиенические  правила пользования  маникюрными  принадлежностями  - косметические средства для  макияжа  - средства по уходу за  волосами, полостью рта | |  | Уметь:  - ухаживать за ногтями,  волосами, кожей лица  - выполнять несложный  макияж и удалять его с  помощью косметических  средств  - ухаживать за волосами,  делать несложные прически  - ухаживать за полостью рта |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Тема №** **2**  **Медицинская**  **помощь** | **Содержание учебного материала** | | | | **4** |  |
| 1 | Инфекционные и венерические заболевания,  причины возникновения. Профилактические меры.  Покупка лекарств. Значение прививок. | | | 1 | 1 |  |
|  |
|  |
| 2 | Страховой медицинский полис, порядок получения,  его назначение. | | | 1 | 1 |  |
|  |
| 3 | Листок нетрудоспособности. Порядок получения  его, предъявления по месту работы и учёбы. | | | 1 | 1 |  |
|  |
| 4 | Женская консультация, ее назначение, порядок  записи на прием. | | | 1 | 1 |  |
|  |
| **Практические занятия** | | | | **1** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | Выполнение процедур по уходу за больным дома. Вызов экстренной помощи. | | |  |  |
| Знать:  - причины возникновения  инфекционных и венерических  заболеваний  - профилактические меры  - значение прививок  - основные лекарства и  пищевые добавки  - порядок вызова экстренной  помощи  - назначение страхового  медицинского полиса, порядок  его получения  - назначение листка  нетрудоспособности, порядок  его получения и предъявления  по месту работы и учёбы | |  | Уметь:  - ухаживать за больным в  домашних условиях  - пользоваться услугами  страховой медицины  - сообщать четкую  информацию по телефонам  экстренной службы |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Тема №3**  **Вредные**  **привычки** | **Содержание учебного материала** | | | | **3** |
| 1 | Вред курения | | | 1 | 1 |
| 2 | Вред алкоголя | | | 1 | 1 |
| 3 | Вред наркотиков | | | 1 | 1 |
| Знать:  - о вреде курения  - о вредном воздействии  алкоголя и наркотиков на  организм человека  - о социальных последствиях,  к которым приводят вредные  привычки  - о способах борьбы с  вредными привычками | | Уметь:  - обращаться за помощью к  старшим и в медучреждение | |  |  |
|  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Тема №4**  **Жилище** | **Содержание учебного материала** | | | | **4** |
| 1 | Мебель, оборудование, интерьер кухни. Санитарно-  гигиенические требования к состоянию кухни. | | | 1 | 1 |
| 2 | Кухонные электроприборы, их использование, уход  за ними. Правила техники безопасности при работе с  электроприборами. | | | 1 | 1 |
| 3 | Борьба с вредными насекомыми. Средства борьбы,  меры безопасности. | | | 1 | 1 |
| **Практические занятия** | | | | **1** |  |
| 1 | Оформление жилища к праздникам. | | | 1 |
| **Знать:**  - санитарно-гигиенические  требования к состоянию  кухни | | **Уметь:**  - пользоваться бытовыми  приборами  - производить уборку кухни | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | - правила техники  безопасности при работе с  электроприборами  - средства и способы борьбы с  вредными насекомыми  - символику и традиции  праздников | | | | - покупать предметы  оформления жилья к  различным праздникам | | |  |  |  |
|  |
|  |
|  | | |  |
|  |
|  |
|  |
| **Тема №5**  **Одежда**  **и обувь** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **2** |  |
| 1 | Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Виды обуви, их назначение. Повседневный уход за обувью | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - способы ухода за одеждой  - правила чистки обуви  - правила подбора одежды и  обуви | | | | **Уметь:**  - ухаживать за одеждой  - чистить обувь  - вбирать одежду и обувь при  покупке | | |  |  |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Тема №6**  **Служба**  **быта** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **2** |  |
| 1 | Виды ателье. Стоимость услуг в ателье | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Химчистка вещи, которые нужно сдавать в  химчистку. | | | | | |  |
| 1 | 1 |  |
|  |  |
|  |
| **Знать:**  - порядок сдачи и получения  вещей в ателье  - стоимость услуг | | | | **Уметь:**  - сдавать вещи в химчистку и  ателье | | |  |  |  |
|  |
|  |
|  |
| **Тема №7**  **Средства**  **связи** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **2** |  |
| 1 | Сотовая связь. Назначение, стоимость услуг. | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Интернет, стоимость услуг. | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - назначение, стоимость услуг  сотовой связи  - назначение, стоимость услуг  интернета | | | | | **Уметь:**  - пользоваться интернетом,  «полезными» сайтами | |  |  |  |
|  |
|  |
|  | |  |
|  |
| **Тема №8**  **Транспорт** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **3** |  |
| 1 | Общегородской транспорт. Оплата в городском  транспорте. Правила поведения в транспорте. | | | | | | 1 | 1 |  |
|  |
| 2 | Маршруты района. Варианты маршрутов. Такси. Вызов такси. | | | | | | 1 | 1 |  |
| 3 | Правила дорожного движения | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Практические занятия** | | | | | | | **1** |  |  |
| 1 | | Ролевые игры «Пассажир - пассажир», «Пассажир -  прохожий», «Пассажир – работник транспорта» | | | | | 1 |  |
|  |
| **Знать:**  -виды общественного транспорта -порядок оплаты проезда -основные маршруты района -правила проезда такси -правила дорожного движения  -правила поведения в общественном транспорте | | | | | | **Уметь:**  -оплатить проезд -пользоваться основными и дополнительными маршрутами от дома к различным учреждениям -получать необходимую информацию от прохожих и от работников транспорта  -пользоваться такси |  |  |
|  |
|  |
| **Тема № 9**  **Культура**  **поведения** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **3** |  |
| 1 | Поведение в музее, кино, театре | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Формы обращения к старшим и сверстникам при  встрече и расставании. Формы обращения с просьбой к сверстникам и старшим | | | | | | 1 | 1 |  |
| 3 | Поведение за столом при приеме пищи | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - правила приема гостей и  поведения в гостях  - правила поведения за столом  при приеме пищи  - правила поведения в музее,  театре | | | **Уметь:**  - выполнять правила приема  гостей и поведения в гостях  - выбрать правильный  подарок на день рождения | | | |  |  |  |
| **Тема №** **10**  **Бюджет** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **2** |  |
| 1 | Расходы на удовлетворение культурных  потребностей членов семьи. Сбережения. Лотереи, целесообразность участия в  них. Кредит. Банковские ссуды, их виды, условия. | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Распределение бюджета. Обязательные платежи.  Оплата коммунальных услуг. Планирование расходов на месяц. Распределение бюджета семьи | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - о кредитах, ссудах,  налоговых льготах | | | **Уметь:**  - составить приблизительный  расчет расходов бюджета  семьи | | | |  |  |  |
| **Тема №11**  **Торговля** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **1** |  |
| 1 | Основные виды магазинов, их назначение. Правила поведения в магазине. Порядок покупки товаров в продовольственном магазине. Выбор продуктов. Определение правильности отпуска товара и подсчета его стоимости. | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - отделы рынка  - правила выбора продуктов  - отличие рыночной торговли  от магазинной  - способы определения  правильности отпуска товара и  подсчета его стоимости | | | **Уметь:**  - выбирать продукты  - следить за правильностью  отпуска товара и подсчета его  стоимости | | | |  |  |  |
| **Тема №12**  **Семья** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **1** |  |
| 1 | Состав семьи. Отношения между членами семьи. Помощь младшим членам семьи. Обязанности детей по отношению к родителям. Помощь младшим членам семьи. | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - состав семьи, обязанности ее членов | | | **Уметь:**  - помогать родителям  ухаживать за младшими  сестрами и братьями | | | |  |  |  |
| **Тема №13**  **Питание** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | **2** |  |  |
| 1 | Продукты. Их виды. Взаимозаменяемость продуктов по их пищевой ценности. Взаимозаменяемость продуктов с целью экономии средств. | | | | | | 1 | 1 |  |
| 2 | Использование полуфабрикатов для приготовления  пищи | | | | | | 1 | 1 |  |
| **Знать:**  - виды продуктов  - взаимозаменяемость  продуктов  - правила приготовления  полуфабрикатов | | | **Уметь:**  - заменять продукты с целью  экономии и их пищевой  ценности  **-** использовать полуфабрикаты для  приготовления пищи  - покупать продукты на оптовом рынке | | | |  |  |  |
|  | **Зачет** | | | | | | | **1** |  |  |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ АДАПТАЦИИ**

# **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы учебной дисциплины Социально-бытовой адаптации обеспечена наличием учебного кабинета и рабочих мест кабинета «Социально-бытовой адаптации»:

- рабочее место преподавателя;

- рабочие места обучающихся;

-аудиторная доска с магнитной поверхностью;

-образцы, стенды, муляжи.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер с выходом в Интернет;

- мультимедийное оборудование;

- интерактивная доска.

# **3.2 Информационное обеспечение обучения**

**Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

1. Воронкова В.В. Социально – бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя. – М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2010.
2. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития: (программно-методические материалы), под редакцией И.М. Бгажноковой. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011.
3. Галле А.Г., Кочетова Л.Л. Программа по обслуживающему труду для детей с умственной отсталостью. 6-9 классы. – М.: АРКТИ, 2009.
4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя / под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2013.
5. Денисов А.А. Психология воздействия знаковых систем на половую идентификацию подростков. Дис… канд. Психол. Наук. – М., 2010.
6. Е.Д. Худенко, Г.Ф. Гаврилычева и другие – Организация и планирование воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе – интернате, детском доме: пособие для воспитателей и учителей. – М.: АРКТИ,

2012 г.

**3.3 Общие требования к организации образовательного процесса**

Занятия проводятся в учебном кабинет.

При изучении дисциплины с обучающимися организуются консультации, которые могут проводиться как со всей группой, так и индивидуально.

# Для организации самостоятельной работы обучающихся созданы условия в читальном зале библиотеки и компьютерном классе с выходом в сеть Интернет для подготовки к практическим занятиям и выполнению различных видов внеаудиторных работ.

# 

**4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины**

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторно-практических работ, а также выполнения индивидуальных заданий.

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения**  **(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения** |
| **Умения** | |
| - ухаживать за ногтями, волосами, кожей лица  - выполнять несложный макияж и удалять его с помощью косметических средств;  - ухаживать за волосами, делать несложные прически;  - ухаживать за полостью рта. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - ухаживать за больным в домашних условиях;  - пользоваться услугами страховой медицины;  - сообщать четкую информацию по телефонам экстренной службы. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - обращаться за помощью к старшим и в медучреждение. | практическая работа, письменный опрос, тестирование |
| - пользоваться бытовыми приборами;  - производить уборку кухни;  - покупать предметы оформления жилья к различным праздникам. | оценка результатов выполнения практических работ, экскурсии |
| - ухаживать за одеждой;  - чистить обувь;  - выбирать одежду и обувь при покупке. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - сдавать вещи в химчистку и ателье. | оценка результатов выполнения практических работ, экскурсии |
| - пользоваться интернетом, «полезными» сайтами. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - оплатить проезд;  - пользоваться основными и дополнительными маршрутами от дома к различным учреждениям;  - получать необходимую информацию от прохожих и от работников транспорта;  - пользоваться такси. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - выполнять правила приема гостей и поведения в гостях;  - выбрать правильный подарок на день рождения. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - составить приблизительный расчет расходов бюджета семьи. | оценка результатов выполнения практических работ |
| - выбирать продукты;  - следить за правильностью отпуска товара и подсчета его стоимости. | оценка результатов выполнения практических работ, экскурсии |
| - помогать родителям, ухаживать за младшими сестрами и братьями. | письменный опрос, тестирование |
| - заменять продукты с целью экономии и их пищевой ценности;  **-** использовать полуфабрикаты для приготовления пищи;  - покупать продукты на оптовом рынке. | оценка результатов выполнения практических работ, экскурсии |
| **Знать** | |
| - правила личной гигиены, предметы и средства личной гигиены;  - способы ухода за ногтями;  - санитарно-гигиенические правила пользования маникюрными принадлежностями;  - косметические средства для макияжа;  - средства по уходу за волосами, полостью рта. | практическая работа, письменный опрос, тестирование |
| - причины возникновения инфекционных и венерических заболеваний;  - профилактические меры;  - значение прививок;  - основные лекарства и пищевые добавки;  - порядок вызова экстренной помощи;  - назначение страхового медицинского полиса, порядок его получения;  - назначение листка нетрудоспособности, порядок  его получения и предъявления по месту работы и учёбы. | письменный опрос, тестирование |
| - о вреде курения;  - о вредном воздействии алкоголя и наркотиков на  организм человека;  - о социальных последствиях, к которым приводят вредные привычки;  - о способах борьбы с вредными привычками. | письменный опрос, тестирование |
| - санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни;  - правила техники безопасности при работе с электроприборами;  - средства и способы борьбы с вредными насекомыми;  - символику и традиции праздников. | письменный опрос, тестирование |
| - способы ухода за одеждой;  - правила чистки обуви;  - правила подбора одежды и обуви. | письменный опрос, тестирование |
| - порядок сдачи и получения вещей в ателье;  - стоимость услуг. | письменный опрос, тестирование |
| - назначение, стоимость услуг сотовой связи;  - назначение, стоимость услуг интернета. | письменный опрос, тестирование |
| -виды общегородского транспорта;  -порядок оплаты проезда;  -основные маршруты района;  - правила проезда в такси;  -правила дорожного движения;  - правила поведения в общественном транспорте. | письменный опрос, тестирование |
| - правила приема гостей и поведения в гостях;  - правила поведения за столом при приеме пищи;  - правила поведения в музее, театре. | письменный опрос, тестирование |
| - о кредитах, ссудах, налоговых льготах. | письменный опрос, тестирование |
| - отделы рынка;  - правила выбора продуктов;  - отличие рыночной торговли от магазинной;  - способы определения правильности отпуска товара и подсчета его стоимости. | письменный опрос, тестирование |
| - состав семьи, обязанности ее членов. | письменный опрос, тестирование |
| - виды продуктов;  - взаимозаменяемость продуктов;  - правила приготовления полуфабрикатов. | письменный опрос, тестирование |