

УДК 376.4:316.6
ББК 74.3
С89

Субчева В.П.

С89 Социально-бытовая ориентировка. 9 класс : учебное пособие для общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева. — М. : Издательский Центр ВЛАДОС, 2022. — 78 с. : ил.

ISBN 978-5-907433-76-2.

В пособии рассматриваются следующие разделы социально-бытовой ориентировки учащихся 9 класса общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями: 1. Личная гигиена; 2. Одежда и обувь; 3. Питание; 4. Я и моя будущая семья; 5. Культура поведения; 6. Жилище; 7. Транспорт; 8. Торговля; 9. Средства связи и 10. Медицинская помощь. В книгу включен новый раздел: «Трудоустройство».

Пособие адресовано специалистам общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, а также может быть использовано в процессе обучения в других образовательных организациях. Представленные материалы будут полезны студентам дефектологических факультетов, родителям и лицам, стремящимся помочь детям с нарушениями в развитии подготовиться к будущей самостоятельной жизни.

**УДК 376.4:316.6
ББК 74.3**

- © Субчева В.П., 2022
- © ООО «Издательский Центр ВЛАДОС», 2022
- © Художественное оформление.
ООО «Издательский Центр ВЛАДОС», 2022
- © Оригинал-макет.
«Издательский Центр ВЛАДОС», 2022

ISBN 978-5-907433-76-2

СОДЕРЖАНИЕ

ОДЕЖДА И ОБУВЬ	5
Мода, стиль, вкус	5
Стили одежды.....	5
Как определить свой размер одежды	11
Подбор размера обуви.....	12
Мужская обувь	14
Женская обувь	14
ПИТАНИЕ	15
Подготовка плодов и овощей к консервированию.....	15
Подготовка инвентаря и тары.....	16
Способы консервирования со стерилизацией	17
Рецепт приготовления капусты на зиму	18
Огурцы	19
Способы заготовки огурцов	21
Помидоры	23
Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.....	25
Какой она должна быть, моя будущая семья?	25
Химера.....	27
Вскармливание ребенка первого года жизни	34
Как ухаживать за детскими бутылочками?	37
Первая каша.....	38
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.....	39
Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.....	39
Как правильно вести себя в общественных местах	42
Рациональная расстановка мебели в квартире.....	44
Сохранение жилищного фонда.....	49
Подсчет расходов на косметический ремонт.....	51
Косметический ремонт	53
АВИАТРАНСПОРТ	55
ТОРГОВЛЯ.....	60
Рынок. Виды рынков	60

СРЕДСТВА СВЯЗИ.....	62
Виды денежных переводов	62
Современные виды связи	65
МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ	67
Инфекционные заболевания и меры их предупреждения	67
Уход за лежачим больным	71
Листок нетрудоспособности	73
ТРУДОУСТРОЙСТВО	76
«Где работать мне тогда, чем заниматься?»	76