

Администрация муниципального района «Сыктывдинский»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Палевицкая средняя общеобразовательная школа»  
«Пальса шӧр школа» муниципальной велӧдан съӧмкуд учреждение

Согласовано  
зам.директора по УВР

Утверждено  
приказом директора  
от 28.08.2020 №130

**Рабочая программа учебного предмета**  
**«Социально-бытовая ориентировка»**  
**на уровне основного общего образования**  
(специальная (коррекционная) образовательная программа VIII вида

Срок реализации – 3 года

Рабочая программа составлена учителем Бухариной Е.Н.

с. Палевицы

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» для обучающихся 5-9 классов составлена на основе Базисного учебного плана специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (вариант I) (Приложение к приказу Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 г. № 29\2065 – п,- «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы» под редакцией В.В.Воронковой (2012г.).

Для более успешной социальной адаптации и реабилитации умственно отсталые школьники в силу особенностей своего психофизического развития нуждаются в целенаправленном воспитании. В школе – интернате у детей ограничены контакты с внешним миром и обеднены условия для приобретения собственного опыта. Низкий уровень компетентности, свойственный воспитанникам – сиротам, впоследствии нарушает процесс включения их в жизнь общества, снижает возможность усвоения принятой системы ценностей, норм, знаний и представлений. Специальные коррекционные занятия по социально-бытовой ориентировке (СБО) направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития. Программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Полученные знания помогут учащимся в дальнейшем. Данный курс способствует усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса.

Занятия по учебному предмету «Социально-бытовая ориентировка» направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

В основе рабочей программы лежит принцип коррекционной направленности обучения. В ней конкретизированы пути и средства исправления недостатков общего, речевого, и нравственного воспитания обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью в процессе овладения учебного предмета.

Учебная программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс, например, если в 5 классе по теме «Одежда и обувь» к концу года учащиеся должны знать только виды одежды и обуви, их назначение и уход за ними, то в 7 классе знания и умения в значительной степени расширены: особенности стирки одежды и белья, правила пользования стиральной машиной и моющими средствами, назначение прачечной и пользование ею. В 9 классе эта тема предусматривает овладение навыками определить размер одежды и обуви, стиль, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды и т.п.

Программа включает в себя следующие разделы:

## Содержание учебного предмета

### 5 класс

#### Введение

Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки.

Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях. Основные требования к знаниям и умениям обучающихся. Обучающиеся должны иметь представление о предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нем.

Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

Практические работы:

Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос.

Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей.

Одежда и обувь. Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

Практическая работа: Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Питание. Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.

Практические работы: Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.

Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды.

Культура поведения. Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.

Жилище. Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома и школы.

Практическая работа:

Заполнение почтового адреса на открытках.

Транспорт. Наземный городской транспорт. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта).

Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Экскурсии

Коллективные поездки в транспорте.

Практическая работа:

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Торговля. Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

Экскурсии

Экскурсия в продовольственный магазин.

### 6 класс

Личная гигиена. Закаливание организма (зарядка, обливание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

Практическая работа

Мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

Одежда. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распорывшегося шва). Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

## Практические работы

Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва.

Стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

## Питание

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов.

Сервировка стола к ужину.

## Практические работы:

Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и других продуктов). Оформление готовых блюд.

## Семья

Состав семьи обучающихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.

Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.).

Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения. Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).

Поведение при посещении массовых мероприятий.

Жилище. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.

Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.

## Практические работы:

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.

Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

Транспорт. Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

## Экскурсия

Экскурсия на вокзал (станцию).

Торговля. Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

## Экскурсия

Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

Средства связи. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм.

## Практические работы

Написание адреса и индекса на конвертах.

Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.

Экскурсия. Экскурсия на почту, телеграф.

## Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение.

Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки).

Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом.

3. Использование различных видов медицинской помощи.

Экскурсия. Экскурсия в аптеку.

Учреждения, организации и предприятия. Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение.

## Экскурсия

Экскурсия в дом детского творчества.

7 класс

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

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

Практические работы:

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

Экскурсия. Экскурсия в химчистку.

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

Практическая работа

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.

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

Практические работы

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

Культура поведения. Поведение в гостях. Подарки.

Практическая работа Изготовление несложных сувениров.

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

Практическая работа

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

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

Экскурсия. Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

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

Экскурсия. Экскурсия в промтоварный магазин.

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

Практические работы

Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

Экскурсия на почту.

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

Практические работы

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

Учреждения, организации, предприятия. Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экскурсии. Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

Экономика домашнего хозяйства. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

Практические работы

Упражнения по определению доходов семьи. Составление доверенности на получение зарплаты.

8 класс

Личная гигиена. Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).

#### Практические работы

Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесении крема.

Одежда. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.

Утюжка блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков).

Виды услуг. Прачечная самообслуживания.

#### Практические работы

Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Заполнение бланков для сдачи белья.

Экскурсия. Экскурсия в прачечную.

Питание. Приготовление изделий из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.

#### Практические работы

Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей.

Варка варенья из фруктов, ягод.

Упражнения в составлении меню.

Семья. Уход за грудным ребенком (кормление из соски и с ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек).

#### Практические работы

Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы. Мытье детской посуды, игрушек.

Культура поведения. Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

Жилище. Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.

#### Практические работы

Мытье кафельных стен, чистка раковин.

Транспорт. Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

#### Экскурсия

Экскурсия на автобусную станцию или в порт.

Торговля. Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.

#### Практические работы

Упражнения в подсчете стоимости покупок.

#### Экскурсия

Экскурсия в один из специализированных магазинов.

Средства связи. Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точно-го времени.

Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.

Экскурсия. Экскурсия на переговорный пункт.

Медицинская помощь. Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, отмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.

#### Практические работы

Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, отмораживании, утоплении.

Упражнения в оказании первой помощи утопающему.

Экскурсия. Экскурсия в поликлинику.

Учреждения и организации и предприятия

Департамент, муниципалитет, префектура, милиции. Их назначение.

Экскурсия. Экскурсия в одну из организаций по теме.

Экономика домашнего хозяйства. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на

день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.).

Практические работы

Упражнения в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах).

Снятие показателя счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций.

Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах), в оказании материальной помощи родственникам.

Экскурсия

Экскурсия в ЖЭК, ДЭЗ и т. п.

9 класс

Личная гигиена. Здоровый образ жизни — одно из условий успеха в жизни человека. (Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле — здоровый дух.)

Одежда и обувь. Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей).

Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке. Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях (средства, правила выведения). Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Практические работы

Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.

Питание. Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.

Практические работы Приготовление национальных блюд. Составление меню праздничного стола.

Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.

Семья. Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье.

Культура поведения. Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей.

Жилище. Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.

Практическая работа

Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

Транспорт. Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов.

Регистрация рейсов. Стоимость проезда.

Экскурсия

Экскурсия в аэропорт или в кассу Аэрофлота.

Торговля. Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупка вещей у населения. Ярмарки. Их виды, время и место проведения. Экскурсия на рынок или ярмарку.

Средства связи. Виды связи: сотовая, автоответчик, факс, интернет. Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.

Практические работы

Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанции по оплате телефонных услуг.

Медицинская помощь. Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больными. Листок нетрудоспособности.

Практические работы

Уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), измерять температуру, наложить горчичники (на куклу), сменить постель лежачего больного.

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам.

Учреждения, организации, предприятия. Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.). Экскурсия на предприятие бытового обслуживания населения.

Экономика домашнего хозяйства. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды). Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.

Практические работы

Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей, упражнения в расчётах рационального ведения домашнего хозяйства. Экскурсия в сберкасса.

Профориентация и трудоустройство. Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.

Практические работы

Составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки; заполнение анкеты. Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии.

Экскурсия. Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях СБО используются все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

Достичь желаемых результатов в процессе СБО учащихся с нарушением интеллекта в комплексе с учебной работой помогает организация воспитательной работы. Работа воспитателей и учителя СБО должна быть согласованной, скоординированной в действиях и планах.

Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателями или дома. Уровни социально-бытовой подготовленности:

1. Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;
2. Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.
3. Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

Обучение ведется с опорой на личный опыт и знания учащихся.

### **Актуальность создания программы**

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению



морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Программа составлена на основе предмета СБО. В неё внесены необходимые изменения, связанные с материальным обеспечением и нуждами школы-интерната.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

### **Основные формы и методы работы.**

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

*Объяснение* – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

*Рассказ* – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках СБО используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

*Беседа* – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках СБО.

*Практические работы* – целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

*Экскурсии* – им отводится значительное место в программе. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Так, при изучении раздела «Средства связи» в 6 классе проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» 8 класс следует закончить экскурсией в сбербанк.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

*Сюжетно-ролевые игры* применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы

(например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод *моделирования реальных сюжетных ситуаций* и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

Для занятий по СБО требуется разнообразный дидактический раздаточный материал. Остановившись на каждом разделе программы отдельно, можно использовать следующий минимальный перечень оборудования и методических пособий.

При изучении раздела «**Личная гигиена и здоровье**» учащимся предлагается выполнение практических работ, которые вполне могут быть осуществимы вне условий класса и во внеурочное время. Поэтому целесообразно содержать предметы личной гигиены на каждого ученика, можно обойтись одним образцом.

Желательно иметь:

- таблица о закаливании организма;
- демонстрационная таблица по правилам и приемам ухода за органами зрения;
- литература о пагубном влиянии курения и алкоголя;
- носовые платки, ножницы, расчески, ватные палочки, косметические салфетки;
- образцы косметических средств и средств гигиены.

Раздел «**Медицинская помощь**» требует наличие в кабинете аптечки первой медицинской помощи, других материалов:

- доврачебные препараты (градусник, тонометр);
- справочник младшего персонала;
- демонстрационный материал (больничный лист, справка);
- таблица с лекарственными растениями, гербарий;
- наиболее часто употребляемые лекарственные растения.

Оборудование кабинета СБО по разделу «**Жилище**» определяется в целом эстетическим оформлением кабинета:

наличие ковра или паласа, настольные лампы, общая цветовая гамма и т.д. Бывая дома, дети, как правило, не выполняют каких-либо постоянных поручений, домашних обязанностей, даже таких простых, как вытереть пыль, полить цветы, подмести и вымыть пол. Условия для обучения в кабинете должны обеспечить возможности школьников в приобретении определенных знаний и умений по данной теме, одновременно расширяя их кругозор. При изучении раздела «Жилище» необходимым оборудованием является все, что находится в кабинете СБО:

- кухня, жилая комната, прихожая;
- индивидуальные карточки для заполнения почтового адреса;
- иллюстрированные журналы с различными видами жилья и подсобных помещений;
- иллюстрированные журналы с различными видами мебели;
- демонстрационный материал моющих средств;
- Жилищный кодекс РФ.

Изучение раздела «**Одежда и обувь**» требует наличия в кабинете электробытового оборудования. Необходимы утюг и гладильная доска, а также:

- щетки для одежды;
- демонстрационный набор обуви, одежды по сезонам, головные уборы;
- вешалки, пуговицы, нитки, иглы;
- фартуки, косынки.

Наибольшее количество практических работ содержит раздел «**Питание**». Хорошо оборудованная зона кухни должна обеспечивать соблюдение всех правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм. Дидактическая наглядность:

- таблица продуктов, составляющая рацион питания;
- график режима питания в школе, школьное меню;
- методический демонстрационный материал – посуда, кухонные приборы, сервиз чайный и сервиз столовый;
- набор альбомов, таблиц и другой литературы о вкусной и здоровой пищи;
- механические и электробытовые приборы.

Для изучения раздела «**Транспорт**» нужно иметь:

- книги и брошюры по правилам дорожного движения;
- различные демонстрационные виды проездных билетов;

- образцы расписания поездов, самолетов, пригородных автобусов и других транспортных средств;
- индивидуальные раздаточные знаки дорожного движения;

географическую карту местности для определения маршрутов.

Выполнение практических заданий по темам раздела «**Средства связи**» вызывает трудности при заполнении различных бланков и написании адреса на конверте. Поэтому раздаточный и демонстрационный материал должен быть адаптирован для восприятия умственно отсталых школьников. Необходимо увеличить размеры используемых на почте бланков, сделав доступным для чтения особо мелкий шрифт.

Также требуется:

- демонстрационные почтовые конверты, телеграммы, переводы, бланки для отправок бандеролей, посылок;
- индивидуальные раздаточные тексты писем и телеграмм;
- каталог (виды связи: сотовая, автоответчик, компьютер, факс);
- телефонные справочники.

Изучая раздел «**Предприятия, организации, учреждения**», учащиеся должны знать местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, детских садов, дома культуры, больницы, а также ознакомиться с их назначением, видами работ и услуг, обязанностями сотрудников.

Используется дидактический материал:

- демонстрационный перечень дошкольных учреждений района, школ, училищ;
- демонстрационный перечень школьных кружков;
- демонстрационный перечень видов рабочих специальностей;
- телефонный справочник.

Изучение раздела «**Семья**» предусматривает создание реальной домашней обстановки и семейных отношений.

Оборудование:

- фотоальбомы, фотоаппарат;
- Семейный кодекс РФ
- демонстрационный и раздаточный материал (куклы);
- пеленальный столик, пеленки, детская ванночка;
- литература по уходу за грудными детьми;
- игрушки, набор детской посуды.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

| Обучающиеся должны |   |  |
|--------------------|---|--|
| Классы             | Знать   | Уметь  |
| 5 класс            | <p>Личная гигиена</p> <p>последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; периодичность и правила чистки зубов; периодичность и правила чистки ушей; периодичность мытья головы; правила освещения помещения; правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач. Одежда и обувь виды одежды и обуви, правила ухода за одеждой и обувью.</p> <p>Питание</p> <p>виды бутербродов; различные меню завтрака; санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи; правила сервировки стола к завтраку; правила заваривания чая; назначение кухонных принадлежностей и посуды; правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником; санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.</p> <p>Культура поведения требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;</p> | <p>Личная гигиена</p> <p>совершать утренний туалет; совершать вечерний туалет в определенной последовательности; причесывать волосы и выбирать прическу. Одежда и обувь</p> <p>подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону; различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная); сушить мокрую одежду; чистить одежду; подбирать крем и чистить кожаную обувь; чистить замшевую и текстильную обувь; сушить мокрую обувь;</p> <p>подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.</p> <p>Питание</p> <p>отваривать яйца, жарить яичницу и омлет; нарезать вареные овощи кубиками и соломкой; накрывать на стол с учетом конкретного меню; мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду; пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам. Культура поведения следить за своей осанкой; принимать правильную позу в положении сидя и стоя; следить за своей походкой и жестикуляцией; правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и</p> |

|         |   |  |
|---------|---|--|
|         | <p>правила поведения при встрече и расставании; формы обращения с просьбой, вопросом; правила поведения за столом. Жилище виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; почтовый адрес своего дома и школы-интерната. Транспорт наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; правила передвижения на велосипеде. Торговля, Экскурсии основные виды магазинов, их назначение; виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них; стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.</p> | <p>незнакомыми) в различных ситуациях; вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым; тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками; правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу). Жилище писать адреса на почтовых открытках. Транспорт соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу); соблюдать правила дорожного движения. Торговля, Экскурсии выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню; оплачивать покупку; соблюдать правила поведения в магазине.</p> |
| 6 класс | <p>правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены во время, физических упражнений, походов; правила ухода за ногами; правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электроннагревательными приборами и бытовыми химическими средствами; способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей; санитарно-гигиенические требования и правила техники</p>   | <p>Личная гигиена<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i><br/>мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;<br/>подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;<br/>подбирать косметические средства для ухода за ногами.<br/>Одежда<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> пришивать пуговицы, крючки, кнопки; зашивать одежду по распороченному шву; подшивать платья, брюки, рукава; подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей; стирать изделия из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей; гладить эти изделия.<br/>Питание<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> отваривать макаронные изделия; варить кашу на воде и молоке;</p>   |
| 7       | <p>безопасности при работе с режущими инструментами,</p>  | <p>отваривать картофель и готовить пюре; готовить запеканки из овощей и творога;</p>   |

кипятком;  
правила пользования электроплитой;  
определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения;  
правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;  
различные меню ужина;  
понятии «семья», составе семьи;  
распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.  
состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников;  
место работы и должность родителей;  
правила поведения в семье.  
правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;  
правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.  
гигиенические требования к жилому помещению;  
правила организации рабочего места школьника;  
правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;  
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом;  
назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире.  
основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;  
виды междугородного транспорта;  
стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов);  
порядок приобретения билетов и талонов и компостирования талонов.

оформлять готовые блюда;  
сервировать стол к ужину с учетом различных меню.  
Семья  
Культура поведения  
*Обучающиеся должны уметь:*  
культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;  
правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.  
Жилище  
*Обучающиеся должны уметь:*  
производить сухую и влажную уборку помещения;  
чистить ковры, книжные полки, батареи;  
ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;  
ухаживать за комнатными растениями.  
Транспорт  
*Обучающиеся должны уметь:*  
выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;  
ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;  
пользоваться кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.  
Торговля  
*Обучающиеся должны уметь:*  
подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;  
обращаться к продавцу, кассиру.  
Средства связи  
*Обучающиеся должны иметь представление о*  
назначении основных средств связи;  
порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.  
*Обучающиеся должны уметь:*  
находить по справочнику индекс предприятий связи;  
записывать адреса с индексом на конвертах;  
составлять различные тексты телеграмм;  
заполнять телеграфные бланки.  
Медицинская помощь  
*Обучающиеся должны уметь:*  
записываться на прием к врачу;  
вызывать врача на дом;  
приобретать лекарства в аптеке.

|         |   |  |
|---------|---|--|
|         | <p>основные виды продовольственных магазинов, их отделы;</p> <p>виды специализированных продовольственных магазинов; виды и стоимость различных товаров;</p> <p>порядок приобретения товаров.</p> <p>назначении основных средств связи;</p> <p>порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.</p> <p>основные средства связи; виды почтовых отправлений; стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов; виды телеграфных услуг. Медицинская помощь</p> <p><i>Обучающиеся должны иметь представление о</i></p> <p>назначении поликлиники, аптеки, диспансера, больницы; порядке записи к врачу, приобретения лекарств, вызова «скорой помощи», о порядке вызова врача на дом; отличии медицинского обслуживания на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.</p> <p><i>Обучающиеся должны знать:</i> виды медицинской помощи; функции основных врачей-специалистов.</p> <p>Учреждения, организации и предприятия</p> <p><i>Обучающиеся должны знать:</i> виды детских учреждений и их назначение; адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются.</p> | <p>Учреждения, организации и предприятия</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i> правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.; правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале;</p> <p>соблюдать правила поведения в школе.</p> |
| 7 класс | <p>Личная гигиена <i>Обучающиеся должны иметь представление о:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка;</li> <li>- назначении индивидуальных предметов личной гигиены;</li> </ul>   | <p>Личная гигиена Одежда</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i> ремонтировать разорванные места одежды, штопать; стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины; гладить одежду и белье.</p>   |
|         | <p>- необходимости гигиены одежды.</p> <p><i>Обучающиеся должны знать</i> правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши);</p> <p>правила смены одежды и</p>  | <p>Питание</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i> готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов);</p>   |

|  |   |
|--|---|
| <p>нательного и постельного белья; санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.</p> <p>Одежда<br/><i>Обучающиеся должны знать:</i> 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, стирке вручную и с помощью стиральной машины; последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей и т. д.; назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг; правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</p> <p>Питание<br/><i>Обучающиеся должны знать:</i> способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; последовательность приготовления блюд; возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи; правила пользования столовыми приборами.</p> <p>Семья<br/><i>Обучающиеся должны знать:</i></p> | <p>готовить третьи блюда; оформлять готовые блюда; сервировать стол к обеду.</p> <p>Семья<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> одевать малышей на прогулку; объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; помогать первоклассникам при уборке игрушек.</p> <p>Культура поведения<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> выбрать подходящую одежду для визита в гости; 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.</p> <p>Жилище<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> убирать жилые помещения; чистить мебель; мыть зеркала и стекла; утеплять окна.</p> <p>Транспорт<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> ориентироваться в расписании; приобретать билеты в железнодорожной кассе; обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.</p> <p>Торговля<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> приобретать некоторые товары в промтоварном магазине; подсчитывать стоимость покупок; правильно вести себя в магазине.</p> <p>Средства связи<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> заполнять бланки на отправку бандеролей; составлять опись посылаемых предметов;</p> |
| <p>различные тихие и подвижные игры. <i>Обучающиеся должны уметь:</i> одевать малышей на прогулку; объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; помогать первоклассникам при уборке игрушек.</p> <p>Культура поведения<br/><i>Обучающиеся должны знать:</i> правила поведения</p>  | <p>упаковывать бандероли.</p> <p>Медицинская помощь<br/><i>Обучающиеся должны уметь:</i> пользоваться термометром; готовить отвары и настои из лекарственных растений; обрабатывать раны и накладывать повязки; накладывать временные шины.</p> <p>Учреждения, организации, предприятия<br/><i>Обучающиеся должны уметь</i></p>   |



|  |   |   |
|--|---|---|
|  | <p>при встрече и расставании;<br/> правила поведения в гостях;<br/> правила вручения и приема подарков.<br/> Жилище<br/> <i>Обучающиеся должны знать:</i><br/> последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; способы и периодичность ухода за окнами;<br/> виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;<br/> способы утепления окон; правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия; правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме; правила содержания в доме собаки, кошки, попугая. Транспорт: функции железнодорожного транспорта; виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния; виды справочных служб; виды камер хранения; сроки и стоимость хранения багажа. Торговля<br/> <i>Обучающиеся должны иметь представление</i> о назначении промтоварных магазинов; о порядке приобретения товаров.<br/> <i>Обучающиеся должны знать:</i><br/> упаковывать бандероли.<br/> Медицинская помощь<br/> <i>Обучающиеся должны уметь:</i><br/> пользоваться термометром;<br/> готовить отвары и настои из лекарственных растений;<br/> обрабатывать раны и накладывать повязки; накладывать временные</p> | <p>обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.<br/> Экономика домашнего хозяйства<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> подсчитывать бюджет семьи;<br/> составлять доверенность на получение заработной платы.</p> |
|--|---|---|

|         |   |   |
|---------|---|---|
| 8 класс | <p>типы кожи и правила ухода за кожей лица; виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими.<br/> правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность утюжки изделий;<br/> правила пользования прачечной, виды услуг;<br/> правила подготовки вещей к сдаче в стирку;<br/> правила пришивания меток;<br/> правила пользования прачечной самообслуживания.</p> | <p>выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года; правильно пользоваться косметическими средствами.<br/> стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;<br/> утюжить блузки, рубашки, платья;<br/> заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.<br/> готовить изделия из разных видов теста;<br/> оформлять эти изделия;<br/> солить овощи, варить варенье; составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.<br/> купать, одевать, пеленать куклу;<br/> кормить куклу с ложки и из соски;<br/> содержать в порядке детскую постель, посуду,</p> |
|---------|---|---|

|   |  |
|---|--|
| <p>способы и последовательность приготовления изделий из теста;<br/> способы и последовательность соления и квашения овощей;<br/> способы варки варенья из фруктов и ягод.<br/> правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки;<br/> правила и периодичность купания ребенка;<br/> правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;<br/> санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек;<br/> правила ухода за грудным ребенком.<br/> правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома;<br/> требования к внешнему виду молодых людей.<br/> правила и периодичность уборки кухни, санузла;<br/> моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;<br/> санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.<br/> <i>Обучающиеся должны иметь представление о</i> назначении междугородного автовокзала, речного и морского порта, основные автобусные маршруты; основные маршруты водного транспорта.<br/> Торговля: <i>о</i> назначении специализированных магазинов.<br/> <i>Обучающиеся должны знать</i> ассортимент товаров в различных специализированных магазинах; стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.<br/> Средства связи<br/> <i>Обучающиеся должны знать:</i><br/> правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном;<br/> правила пользования телефонным справочником;<br/> номера телефонов срочного вызова (пожарной службы, авиарийных служб, милиции и т.д.);<br/> функции и виды междугородной телефонной связи;<br/> правила пользования</p> | <p>игрушки.<br/> Культура поведения<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;<br/> выбирать косметические средства, украшения;<br/> подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т. д.).<br/> Жилище<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> мыть кафельные стены, чистить раковины;<br/> пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла.<br/> Транспорт<br/> Обучающиеся должны уметь пользоваться расписанием;<br/> определять стоимость проезда; покупать билет, обращаться за справкой.<br/> Торговля<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> выбирать покупку с учетом различных условий;<br/> подсчитывать стоимость покупок;<br/> культурно вести себя в магазине.<br/> Средства связи<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;<br/> получать по телефону справки, узнавать время;<br/> культурно разговаривать по телефону.<br/> Медицинская помощь<br/> Обучающиеся должны уметь:<br/> оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании;<br/> оказывать первую помощь утопающему.<br/> Учреждения и организации и предприятия<br/> Экономика домашнего хозяйства<br/> Обучающиеся должны уметь подсчитывать расходы;<br/> планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи;<br/> снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии и газа;<br/> заполнять квитанции;<br/> планировать крупные покупки,</p> |
|---|--|

|         |   |  |
|---------|---|--|
|         | <p>автоматической телефонной связью;</p> <p>тарифы на телефонные разговоры в дневное и вечернее время, выходные дни, зависимость оплаты от дальности расстояния;</p> <p>порядок заказа междугородного телефонного разговора;</p> <p>порядок заказа разговора в кредит.</p> <p>Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (правила обработки пораженного при ожогах участка кожи, промывания желудка при отравлении, меры, принимаемые при обмороживании разных степеней, при солнечных и тепловых ударах);</p> <p>виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.</p> <p>куда обращаться в случае необходимой помощи;</p> <p>адрес местной префектуры;</p> <p>функции отдела по учету и распределению жилплощади, отдела социального обеспечения, отдела народного образования, комиссии по делам несовершеннолетних, отдела по трудоустройству.</p> <p>основные статьи расхода в семье;</p> <p>правила учета расходов;</p> <p>размер квартплаты;</p> <p>тарифы на электричество, газ;</p> <p>порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг;</p> <p>размер и порядок внесения платы за телефон;</p> <p>порядок планирования крупных покупок; стоимость одежды, обуви</p> |  |
| 9 класс | <p>вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.</p> <p>Одежда и обувь</p> <p><i>Обучающиеся должны иметь представление о</i></p> <p>стиле одежды и моде;</p> <p>средствах выражения индивидуальности;</p> <p>воздействии средств для выведения пятен на различные виды тканей.</p> <p><i>Обучающиеся должны знать:</i></p> <p>размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата;</p> <p>способы обновления одежды с помощью мелких деталей;</p> <p>средства для выведения пятен в домашних условиях;</p> <p>общие правила выведения жирных,</p>  | <p>подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером;</p> <p>определять стиль одежды;</p> <p>пользоваться журналом мод;</p> <p>рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;</p> <p>выводить пятна различными способами и средствами.</p> <p>готовить национальные блюда;</p> <p>сервировать праздничный стол;</p> <p>готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста; готовить отдельные диетические блюда.</p> <p>встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;</p> <p>анализировать поступки людей и давать им правильную оценку;</p> <p>соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.</p> <p>расставлять мебель в квартире (на макете);</p> <p>подбирать детали интерьера.</p> |

|  |   |
|--|---|
| <p>фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.;</p> <p>санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.</p> <p>Питание: способы приготовления национальных блюд;</p> <p>правила сервировки праздничного стола; меню ребенка ясельного возраста.</p> <p>Семья: о порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье;</p> <p>морально-этических нормах взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях;</p> <p>распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.</p> <p>Культура поведения</p> <p>Основные требования к знаниям и умениям обучающихся</p> <p><i>Обучающиеся должны знать</i></p> <p>культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь);</p> <p>правила приема гостей (поведения хозяев при встрече, расставании, во время визита).</p> <p>Жилище: правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели); требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;</p> <p>правила сохранения жилищного фонда.</p> <p>Транспорт: основные маршруты самолетов; службы аэровокзала; порядок приобретения и возврата билетов; правила посадки в самолет</p> <p>Торговля: отделы рынка; цены на отдельные товары;</p> <p>отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах; правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин;</p> <p>правила получения денег за проданные вещи.</p> | <p>ориентироваться в расписании;</p> <p>определять маршрут и выбирать транспортные средства.</p> <p>Торговля</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i></p> <p>выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями;</p> <p>вежливо обращаться к продавцу;</p> <p>подсчитывать стоимость покупок.</p> <p>Средства связи</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i></p> <p>заполнять бланки почтового и телеграфного переводов;</p> <p>оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.</p> <p>Медицинская помощь</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i></p> <p>одевать, умыть, кормить больного (взрослого, ребенка);</p> <p>измерять температуру;</p> <p>ставить горчичники (на куклу);</p> <p>перестилать постель лежачего больного.</p> <p>Учреждения, организации, предприятия</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь</i></p> <p>обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.</p> <p>Экономика домашнего хозяйства</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i></p> <p>планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности;</p> <p>соблюдать правила экономии;</p> <p>заполнять ордера на получение и внесение денег в сберкассах.</p> <p>ПрофорIENTATION и трудоустройство</p> <p><i>Обучающиеся должны уметь:</i></p> <p>соотносить выбранную профессию со своими возможностями;</p> <p>заполнять анкету;</p> <p>писать заявление, автобиографию;</p> <p>составлять заявки на материалы, инструменты;</p> <p>писать расписку, докладную записку;</p> <p>обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.</p> |
|--|---|

Средства связи  
*Обучающиеся должны знать:*  
современные виды связи;  
виды денежных переводов, их стоимость.

Медицинская помощь  
О кишечных инфекционных заболеваниях, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций.  
*Обучающиеся должны знать:*  
меры по предупреждению инфекционных заболеваний;  
правила ухода за больными;  
условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).

Учреждения, организации, предприятия  
*Обучающиеся должны знать:*  
местонахождение предприятий бытового обслуживания;  
виды оказываемых ими услуг;  
правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания;  
профессии работников предприятий.

Экономика домашнего хозяйства:  
О значении и характере культурных потребностей;  
значений экономии в домашнем хозяйстве;  
о значении кредита, страхования.  
правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т. д.);  
виды и цели сбережений;  
порядок помещения денег в сберкассу; виды кредита, порядок его оформления; виды страхования.

Профориентация и трудоустройство:  
отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии;  
учреждения и отделы по трудоустройству;  
местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;  
виды документов, необходимых для поступления на работу;  
правила перехода на другую работу; перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию

**Учебно-тематический план.**

**5 класс**

|                       | Темы  | Часы | Практические работы   | Знать  | Уметь   |
|-----------------------|---|------|---|--|---|
| <b>Личная гигиена</b> |   |      |   |  |   |
|                       | Беседа о содержании и значении предмета «социально-бытовая ориентировка».   | 1 ч. | Знакомство с кабинетом СБО, экскурсия по школе, в столовую, библиотеку.   | - что означают понятия «социальный», «бытовой», «ориентировка».  | -объяснить значение предмета СБО.   |
|                       | Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки. | 1 ч. | Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос; стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем. | Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; периодичность и правила чистки ушей; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. | - совершать вечерний туалет в определенной последовательности;<br><br>- ухаживать за волосами, стричь ногти на руках, ногах.        |
|                       | Осанка - стройная спина.  | 1 ч. | Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.  | - требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя.   | - следить за своей осанкой<br>принимать правильную позу в положении сидя и стоя;<br><br>- следить за своей походкой, жестикуляцией. |
|                       | Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.  | 1 ч. | Установка настольной лампы на рабочем месте.  | Правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;<br><br>правила освещенности рабочего места.   | Беречь глаза и зрение, ухаживать за органами зрения.  |
|                       | Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и  | 1 ч. | Просмотр учебных кинофильмов о вреде  | О вреде курения, алкоголя.   | Корректно отказаться от   |

|                                       |  |                   |  |  |
|---------------------------------------|--|-------------------|--|--|
| развитие особенно детского организма. |  | курения-алкоголя. |  | предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли. |
|---------------------------------------|--|-------------------|--|--|

### Одежда и обувь

|   |  |      |  |  |   |
|---|--|------|--|--|---|
| 7 | Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.   | 2 ч. | Выбор одежды по назначению (рабочая, домашняя, праздничная, спортивная). | - виды одежды, обуви и их назначение.  | - различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;<br><br>- подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону. |
| 9 | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению. | 2 ч. | Сушка и чистка домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.          | - правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных). | - сушить и чистить одежду.<br><br>подготавливать одежду и обувь к хранению;<br><br>- подбирать крем и чистить кожаную обувь.  |

### Питание

|  |   |      |  |  |   |
|--|---|------|--|--|---|
|  | Как следует питаться? Советы кулинара Всезнайки.  | 1 ч. | Работа с технологическими картами по питанию.                                  | - значение питания.  | Соблюдать режим здорового питания.                                    |
|  | Продукты растительного и животного происхождения, их разнообразие и значение для здоровья человека. | 1 ч. | Выбор продуктов растительного и животного происхождения для здорового питания. | - разнообразие и значение продуктов растительного и животного происхождения. | Выбирать и покупать продукты растительного и животного происхождения. |
|  | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.                               | 1 ч. | Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов.                         | - виды блюд, не требующих тепловой обработки.                                | - прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления.     |
|  | Сервировка стола.   | 1 ч. | Сервировка стола с учетом различных меню;                                      | - правила сервировки стола.  | - сервировать стол с учетом времени приема пищи.                      |
|  | Заваривание чая. Лесные чаи.  | 1 ч. | Заваривание чая с  | - правила  | - заваривать чай с  |

|   |      |   |   |  |
|---|------|---|---|--|
|   |      | лесными травами   | заваривания чая.  | добавлением различных трав.  |
| Отваривание яиц.  | 1 ч. | Отваривание яиц   | - способы варки яиц вкрутую, всмятку, в «мешочек».  | - отваривать яйца вкрутую, всмятку, в «мешочек».   |
| Приготовление яичницы.                                      | 1 ч. | Приготовление яичницы   | - способы приготовления яичницы.  | - готовить яичницу разными способами.  |
| Салаты – источник витаминов. Приготовление овощного салата. | 1 ч. | Приготовление салата из сырых овощей                                  | - рецепты приготовления 1-2 салатов из сырых овощей.  | - готовить салаты из сырых овощей.   |
| Приготовление винегрета.                                    | 1 ч. | Отваривание овощей. Нарезка сырых и вареных овощей                    | - способы приготовления вареных овощей (запекание в духовке, СВЧ, отваривание в воде), виды нарезки овощей для салатов. | - готовить вареные овощи разными способами, нарезать овощи для салатов.  |
| Приготовление бутербродов.                                  | 1 ч. | Приготовление открытых и закрытых бутербродов с различными начинками. | - способы нарезки хлеба, варианты начинки для бутерброда. ТБ при работе с режущими инструментами. Сервировка стола.     | -соблюдать ТБ при работе с режущими инструментами, - нарезать хлеб для бутербродов различными способами, -приготовить начинку для бутербродов. - сервировать стол. |
| Что можно приготовить из чёрствого хлеба? Гренки.           | 1 ч. | Приготовление гренков из черствого хлеба.                             | - способы приготовления гренков.  | - нарезать хлеб. -приготовить гренки различными способами  |
| Порядок на кухне. Практическая работа.                      | 1 ч. | Уборка помещения, кухни.  | - правила уборки кухни, посуды.   | - мыть посуду моющими средствами. -убирать кухню, свое рабочее место на кухне.   |



## Семья

|  |      |                                  |  |   |
|--|------|----------------------------------|--|---|
| Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их. | 1 ч. | Составление родового древа.      | - родственные отношения в семье;<br><br>- состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их. | - записать имя, отчество, фамилию членов семьи; места работы, учебы членов семьи.<br><br>- выполнять правила поведения в семье. |
| Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.  | 1 ч. | Обязанности каждого члена семьи. | - обязанности каждого члена семьи.   | - выполнять свои обязанности.   |

## Жилище

|  |      |  |  |   |
|--|------|--|--|---|
| Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. | 1 ч. | Работа в рабочей тетради.  | - виды жилых помещений в городе и селе и их различие;<br><br>- варианты квартир. | - соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.   |
| Почтовый адрес дома, школы-интерната.  | 1 ч. | Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе. | - почтовый адрес своего дома и школы-интерната;                                  | - писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе. |

## Культура поведения

|   |      |   |   |  |
|---|------|---|---|--|
| Школа хороших манер.  | 1 ч. | Тренинговые занятия, ролевые игры.                          | - знать правила хорошего тона, хороших манер.   | - правильно вести себя в различных ситуациях.  |
| Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. | 1    | Ролевая игра — ситуативные диалоги при встрече, расставании | - правила поведения при встрече и расставании;<br><br>- формы обращения с просьбой, вопросом; | - вежливо обращаться; с просьбой, вопросом к сверстниками и взрослым<br><br>- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчика и девочками), |

|  |      |                                     |  |  |
|--|------|-------------------------------------|--|--|
|  |      |                                     |  | взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях. |
| Правила поведения в школе, дома, в столовой. | 1 ч. | Ролевая игра — ситуативные диалоги. | - правила поведения в школе, дома, в столовой. | - правильно вести себя в школе, дома, в столовой.          |

### Транспорт

|  |      |  |   |  |
|--|------|--|---|--|
| Виды транспортных средств. Проезд в школу- интернат (маршрут, виды транспорта).          | 1 ч. | Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы-интерната. Рассчитать стоимость проезда от дома до школы-интерната и обратно. Определить сумму денег необходимую им на проезд в течение недели, месяца. | - основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;<br><br>- составить наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;<br><br>- варианты проезда до школы различными видами транспорта. | -рассчитать стоимость проезда от дома до школы.<br><br>-составить рациональный маршрут передвижения от дома до школы.<br><br>-пользоваться различными видами городского транспорта.  |
| Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. | 2 ч. | Коллективные поездки в транспорте. Изготовление знаков дорожного движения, встречающиеся по дороге к дому, интернату.  | - правила передвижения на велосипеде.   | - соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);<br><br>- соблюдать правила дорожного движения;<br>- различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы школы-интерната и обратно. |

### Торговля

|  |      |   |   |  |
|--|------|---|---|--|
| Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. | 1 ч. | Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы.                | - виды магазинов;<br>- назначение; продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции.   | - уметь определять виды торговых предприятий, отделов.<br><br>- уметь подсчитать стоимость товара за определенное количество массы.  |
| Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца самообслуживание).<br><br>Срок годности, стоимость.  | 2 ч. | Приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.<br><br>- определенные сроки годности (на примере молочных продуктов). | - правила поведения в магазине;<br><br>- правила покупки товаров;<br><br>- стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов | - округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты<br><br>- оплатить, проверить чек и сдачу;<br><br>- культурно вести себя с работниками торговли<br><br>- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности. |
| ИТОГО:   | 34   |   |   |  |

**Учебно-тематический план.  
6 класс**

| п                     | Темы                  | Часы | Практические работы                        | Знать   | Уметь                                     |
|-----------------------|-----------------------|------|--|---|---|
| <b>Личная гигиена</b> |                       |      |  |   |   |
|                       | Закаливание организма | 1    | Таблицы, в/ф «Вырастай здоровым и ловким». | Последовательность выполнения закаливания организма | Соблюдать закаливание организма           |
|                       | Способы закаливания.  | 1    | Таблица, в/ф «Закаливание школьников».     | Способы закаливания                                 | - совершать закаливание разными способами |
|                       | Уход за руками        | 1    | Таблица, картинки,                         | Пополнение  | Осуществлять                              |

|   |                         |  |                             |                             |
|---|-------------------------|--|-----------------------------|-----------------------------|
|   |                         | маникюр, маникюрные наборы, крем для рук, мыло, гель для рук       | объема понятийного словаря. | уход за кожей рук.          |
|   | Правила ухода за руками | 1 Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук                     | Правила ухода за руками     | Беречь руки                 |
| 6 | Уход за ногами          | 2 Таблица, картинки, педикюр, крем для ног, пилочки для ног, пемза | Правила ухода за ногами     | Осуществлять уход за ногами |

### Одежда

|   |  |  |  |   |
|---|--|--|--|---|
|   | Мелкий ремонт одежды                                       | 1 Правила пришивании пуговиц, крючков, вешалок.                  | Правила пришивания пуговиц, крючков, вешалок.              | Правила пришивать пуговицы, крючки, вешалки                 |
|   | Мелкий ремонт одежды                                       | 2 зашивание распоровшегося шва, подшивание платья, брюк, рукавов | Подшивание, зашивание, стежки.                             | Зашить распоровшийся шов, подшить рукав, платье             |
|   | Правила и приемы стирки изделий из цветных х/б тканей.     | 1 Подбор моющих средств для изделий из х/б тканей                | Правила и приемы стирки изделий х/б тканей                 | Стирать изделия из х/б тканей                               |
|   | Стирка изделий из цветных х/б тканей.                      | 1 стирка изделий из цветных х/б тканей                           | Правила и приемы стирки изделий из цветных х/б тканей      | Стирать изделия из цветной х/б тканей                       |
|   | Правила и приемы стирки изделий из шелковых тканей         | 1 Замачивание, стирка, полоскание. стиральный порошок            | Правила и приемы стирки изделий из шелка                   | Стирать изделия из шелка                                    |
|   | Стирка изделий из шелковых тканей                          | 1 Замачивание, стирка, полоскание, стиральный порошок            | Стирать изделия из шелковых тканей по всем требованиям     | Стирать шелковые ткани с использованием стирального порошка |
| - | Правила и приемы глажения изделий из х/б и шелковых тканей | 2 Утюг, гладильная доска, терморегулятор, пульверизатор, утюжка. | Правила и приемы глажения изделий их х/б и шелковых тканей | Применять правила и приемы глажки                           |

### Транспорт

|  |                                 |  |   |  |
|--|---------------------------------|--|---|--|
|  | Основные транспортные средства. | 1 Картинки с видами городского транспорта, карта движения городского транспорта. | - значение транспорта<br>- основные транспортные средства | Различать основные транспортные средства |
|--|---------------------------------|--|---|--|

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
|   |   |   |   |  |
| Пользование городским транспортом.                          | 1 | Картинки с видами городского транспорта, карта движения городского транспорта | Пользоваться городским транспортом  | Использовать городской транспорт   |
| Оплата, проезда на всех видах городского транспорта.        | 1 | Карта движения городского транспорта, образцы билетов, проездных билетов.     | Оплатить проезд на всех видах городского транспорта   | Покупать билет на городской транспорт  |
| Наиболее рациональные маршруты передвижения по городу.      | 1 | Маршрут, рациональный маршрут.  | Маршруты передвижений по городу   | Выбирать рациональный маршрут передвижения по городу   |
|   | 1 |   |   |  |
| Отваривание яиц.  | 1 | Отваривание яиц   | - способы варки яиц вкрутую, всмятку, в «мешочек».  | - отваривать яйца вкрутую, всмятку, в «мешочек».   |
| Приготовление яичницы.                                      | 1 | Приготовление яичницы   | - способы приготовления яичницы.  | - готовить яичницу разными способами.  |
| Салаты – источник витаминов. Приготовление овощного салата. | 1 | Приготовление салата из сырых овощей  | - рецепты приготовления 1-2 салатов из сырых овощей.  | - готовить салаты из сырых овощей.   |
| Приготовление винегрета.                                    | 1 | Отваривание овощей. Нарезка сырых и вареных овощей                            | - способы приготовления вареных овощей (запекание в духовке, СВЧ, отваривание в воде), виды нарезки овощей для салатов. | - готовить вареные овощи разными способами, нарезать овощи для салатов.  |
| Приготовление бутербродов.                                  | 1 | Приготовление открытых и закрытых бутербродов с различными начинками.         | - способы нарезки хлеба, варианты начинки для бутерброда. ТБ при работе с режущими инструментами. Сервировка стола.     | -соблюдать ТБ при работе с режущими инструментами, - нарезать хлеб для бутербродов различными способами, -приготовить начинку для бутербродов. |

|   |   |  |                                 |   |
|---|---|--|---------------------------------|---|
|   |   |  |                                 | - сервировать стол.   |
| Что можно приготовить из чёрствого хлеба? Гренки. | 1 | Приготовление гренок из черствого хлеба. | - способы приготовления гренок. | - нарезать хлеб.<br>-приготовить гренки различными способами                      |
| Порядок на кухне.<br>Практическая работа.         | 1 | Уборка помещения, кухни.                 | - правила уборки кухни, посуды. | - мыть посуду моющими средствами.<br>-убирать кухню, свое рабочее место на кухне. |

### Семья

|  |   |                                  |  |   |
|--|---|----------------------------------|--|---|
| Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их. | 1 | Составление родового древа.      | - родственные отношения в семье;<br>- состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их. | - записать имя, отчество, фамилию членов семьи; места работы, учебы членов семьи.<br>- выполнять правила поведения в семье. |
| Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.  | 1 | Обязанности каждого члена семьи. | - обязанности каждого члена семьи.   | - выполнять свои обязанности.   |

### Жилище

|  |   |  |  |   |
|--|---|--|--|---|
| - Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. | 2 | Работа в рабочей тетради.  | - виды жилых помещений в городе и селе и их различие;<br>- варианты квартир. | - соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.   |
| - Почтовый адрес дома, школы-интерната.  | 2 | Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе. | - почтовый адрес своего дома и школы-интерната;                              | - писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе. |

### Культура поведения

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| Школа хороших манер.  | 1 | Тренинговые занятия, ролевые игры.                          | - знать правила хорошего тона, хороших манер.   | - правильно вести себя в различных ситуациях.   |
| Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. | 1 | Ролевая игра — ситуативные диалоги при встрече, расставании | - правила поведения при встрече и расставании;<br><br>- формы обращения с просьбой, вопросом; | - вежливо обращаться; с просьбой, вопросом к сверстниками и взрослым<br><br>- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчика и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях. |
| Правила поведения в школе, дома, в столовой.  | 1 | Ролевая игра — ситуативные диалоги.                         | - правила поведения в школе, дома, в столовой.  | - правильно вести себя в школе, дома, в столовой.   |

### Транспорт

|  |   |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
| Виды транспортных средств. Проезд в школу- интернат (маршрут, виды транспорта).          | 1 | Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы-интерната. Рассчитать стоимость проезда от дома до школы-интерната и обратно. Определить сумму денег необходимую им на проезд в течение недели, месяца. | - основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;<br><br>- составить наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;<br><br>- варианты проезда до школы различными видами транспорта. | -рассчитать стоимость проезда от дома до школы.<br><br>-составить рациональный маршрут передвижения от дома до школы.<br><br>-пользоваться различными видами городского транспорта. |
| Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. | 2 | Коллективные поездки в транспорте. Изготовление знаков дорожного движения, встречающиеся по дороге к дому, интернату.  | - правила передвижения на велосипеде.   | - соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на  |

|  |  |  |  |   |
|--|--|--|--|---|
|  |  |  |  | улицу);<br>- соблюдать правила дорожного движения;<br>- различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы школы-интерната и обратно. |
|--|--|--|--|---|

### Торговля

|   |  |   |   |   |  |
|---|--|---|---|---|--|
| - | Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. | 2 | Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы.                | - виды магазинов;<br><br>- назначение; продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции.   | -уметь определять виды торговых предприятий, отделов.<br><br>- уметь подсчитать стоимость товара за определенное количество массы.   |
| - | Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца самообслуживание).<br><br>Срок годности, стоимость.  | 2 | Приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.<br><br>- определенные сроки годности (на примере молочных продуктов). | - правила поведения в магазине;<br><br>- правила покупки товаров;<br><br>- стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов | - округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты<br><br>- оплатить, проверить чек и сдачу;<br><br>- культурно вести себя с работниками торговли<br><br>- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности. |

### Средства связи

|   |  |   |                     |   |   |
|---|--|---|---------------------|---|---|
| - | Основные средства связи, их назначение.<br><br>( почта, телефон, телеграф, компьютер). | 2 | Экскурсия на почту. | Правила пользования средствами связи, их значение | Использовать почту, телефон, компьютер. |
|---|--|---|---------------------|---|---|



|   |   |   |  |  |  |
|---|---|---|--|--|--|
| - | Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма). | 2 |  | Виды почтовых отправлений                                      | Отправлять различные виды почтовых отправлений |
| - | Порядок отправления писем различных видов, стоимость пересылки.                       | 2 |  | Порядок отправления писем различных видов, стоимость пересылки |  |

### Медицинская помощь

|   |                                       |   |                     |   |  |
|---|---------------------------------------|---|---------------------|---|--|
| - | Медицинские учреждения, их назначение | 2 | Таблицы, картинки   | Виды медицинских учреждений и их значение     | Различать виды медицинских учреждений    |
| - | Работники медицинских учреждений      | 2 | Презентация, ролики | Медицинские профессии                         | Различать врача, медсестру.              |
| - | Виды медицинской помощи.              | 2 | Презентация, ролики | Виды медицинской помощи                       | Подбирать рационально медицинскую помощь |
| - | Вызов «скорой помощи» и врача на дом  | 2 |                     | Правила вызова «скорой помощи» и врача на дом | Вызывать «скорую помощь» и врача на дом  |
| - | Аптека. Домашняя аптечка.             | 2 |                     | Правила приобретения лекарственных средств.   | Приобретение лекарственных средств       |

### Жилище

|   |   |   |  |  |   |
|---|---|---|--|--|---|
| - | Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. | 2 | Таблицы, картинки, моющие средства, инвентарь. | Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению | Соблюдать гигиенические требования к жилому помещению |
| - | Основные правила организации рабочего места школьника.                | 2 | Презентация, ролики                            | Правила организации рабочего места школьника                         | Организовывать рабочее место школьника                |
| - | Повседневная уборка квартиры и дома                                   | 2 | Презентация                                    | Правила повседневной уборки  | Повседневная уборка квартиры и дома                   |
| - | Пылесос   | 2 | Презентация, таблицы                           | Правила пользования пылесосом  | Использование пылесоса                                |

|                                 |   |    |                        |   |  |
|---------------------------------|---|----|------------------------|---|--|
| -                               | Комнатные растения. Уход за комнатными растениями | 2  | Презентация            | Правила ухода за комнатными растениями их виды. | Уход за комнатными растениями                    |
| <b>Учреждения и организации</b> |   |    |                        |   |  |
| -                               | Школьные учреждения и их назначение               | 2  | Презентация, экскурсия | Виды школьных учреждений, их значение           | Различать школьные учреждения                    |
| -                               | Дошкольные учреждения и их назначение             | 2  | Презентация, экскурсия | Виды дошкольных учреждений, их значение         | Различать дошкольные учреждения                  |
| -                               | Учреждения дополнительного образования            | 3  | Презентация, экскурсия | Виды дополнительного образования                | Различать учреждения дополнительного образования |
|                                 | ИТОГО:  | 68 |                        |   |  |

**Учебно-тематический план.  
7 класс**

| п                     | Темы   | Часы | Практические работы           | Знать  | Уметь   |
|-----------------------|--|------|-------------------------------|--|---|
| <b>Личная гигиена</b> |  |      |                               |  |   |
| 2                     | Особенности личной гигиены в жизни подростка.<br>Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.  | 2    | Презентация                   | Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. | Соблюдение правил и приемов сохранения чистоты и здоровья тела. |
| 4                     | Особенности ухода за волосами. Использование шампуня в соответствии с типом волос.<br>Особенности ухода за кожей лица.<br>Приёмы ухода за кожей рук и ног. | 2    | Презентация                   | Приемы ухода за кожей рук и ног                      | Соблюдение приемов ухода за кожей рук и ног                     |
| <b>Одежда и обувь</b> |  |      |                               |  |   |
| 5                     | Значение продления срока службы одежды.<br>Виды шtopки.  | 2    | Наложение заплаты на изделие. | Правила ухода за одеждой, виды шtopки                | Уход за одеждой, шtopка   |

|   |   |   |                                  |  |  |
|---|---|---|----------------------------------|--|--|
| 7 | Использование бытовой техники для стирки белья из хлопчатобумажной ткани. | 2 | Стирка изделий из шёлка вручную. | Правила использования бытовой техники для стирки белья из х/б тканей | Использования бытовой техники для стирки белья из х/б тканей |
| 9 | Правила и приёмы глажения белья, брюк.                                    | 2 |                                  | Правила и приёмы глажения белья, брюк.                               | Использование правил и приемов глажения белья                |
| - | Прачечные. Виды услуг, правила пользования.                               | 2 |                                  | Правила пользования видами услуг прачечной                           | Пользование правилами услуг прачечной                        |
| - | Правила и приёмы глажения белья, брюк.                                    | 2 |                                  | Правила и приёмы глажения белья, брюк.                               | Пользование правилами и приемами глажения белья, брюк        |

### Семья

|   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|--|
| - | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста. | 2 | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста. | Приемы и методы ухода за детьми младшего возраста                   | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста |
| - | Разучивание и проведение игр с младшими школьниками   | 2 | Проведение игр  | Приемы и методы разучивания и проведения игр с младшими школьниками | Разучивание и проведение игр с младшими школьниками  |

### Культура поведения

|   |  |   |                      |   |   |
|---|--|---|----------------------|---|---|
| - | Правила приёма приглашения в гости.        | 2 | Приглашение гостей   | Правила приема приглашения гостей                 | Прием гостей                              |
| - | Подготовка внешнего вида к походу в гости. | 2 |                      | Правила подготовки внешнего вида к походу в гости | Подготовка внешнего вида к походу в гости |
|   | Подарки                                    | 1 | Изготовление подарка | Правила выбора подарка                            | Выбор подарка                             |

### Питание

|   |  |   |                                     |   |  |
|---|--|---|-------------------------------------|---|--|
|   | Виды питания   | 1 | Выбор продуктов                     | Значение питания  | Основные продукты питания              |
| - | Значение 1-х, 2-х блюд для детского организма.<br>Приготовление щей из свежей капусты. | 2 | Приготовление щей из свежей капусты | Значение 1-х, 2-х блюд для детского организма.<br>Приготовление щей из свежей | Запись рецепта и подготовка продуктов. |

|   |   |                                       |  |   |
|---|---|---------------------------------------|--|---|
|   |   |                                       | капусты.   |   |
| Использование механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. | 1 | Использование бытовых приборов        | Правила использования механических и бытовых приборов при приготовлении пищи | Использование механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. |
| - Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.<br>Приготовление винегрета.      | 2 | Приготовление винегрета               | Составление меню   | Приготовление винегрета   |
| - Запись рецептов первых и вторых блюд. Сладкие блюда                               | 2 | Запись рецептов первых и вторых блюд. | Способы составления рецептов, запись   | Запись рецептов, составление  |
| - Приготовление изделий из теста.   | 2 | Приготовление пирожков                | Способы приготовления изделий из теста                                       | Приготовление изделий из теста  |

### Жилище

|   |   |                      |   |  |
|---|---|----------------------|---|--|
| Регулярная уборка жилого помещения.                                     | 1 | Уборка жилой комнаты | Правила регулярной уборки                                       | Регулярная уборка жилого помещения                 |
| Сезонная уборка помещения.  | 1 | Презентация          | Периодичность сезонной уборки.<br>Периодичность сезонной уборки | Проводить сезонную уборку помещения                |
| Уход за полом в зависимости от покрытия.                                | 1 | Уход за полом        | Правила ухода за полом  | Уход за полом                                      |
| Санитарная обработка помещения в случае необходимости (больной в доме). | 1 | Презентация          | Правила проведения санитарной обработки в случае необходимости  | Выполнение санитарной уборки помещения по правилам |

### Транспорт

|  |   |                     |  |                                      |
|--|---|---------------------|--|--------------------------------------|
| Междугородний железнодорожный транспорт. | 1 | Презентация         | Понятие «Междугородний транспорт»<br><br>Назначение Ж\Д вокзала, его месторасположение | Найти место расположения ж/д вокзала |
| Справочная служба вокзалов.              | 1 | Таблицы, расписание | Справочная   | Найти:                               |

|                     |  |  |  |   |
|---------------------|--|--|--|---|
| Расписание поездов. |  |  | <p>служба при вокзале;</p> <p>Телефонная справочная служба;</p> <p>Правила пользования справочной службой;</p> <p>Способы узнавания информации о расписании поездов.</p> | <p>справочную службу при вокзале;</p> <p>Телефонная справочная служба;</p> <p>Правила пользования справочной службой;</p> <p>Способы узнавания информации о расписании поездов.</p> |
|---------------------|--|--|--|---|

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
| Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов назначения. | 1 |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Разновидности вагонов (пассажирский, грузовой), их назначение</li> <li>— Виды пассажирских вагонов (купе, плацкарт, общий, СВ)</li> <li>— Отличия пассажирских вагонов, обслуживание</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Разновидности вагонов (пассажирский, грузовой), их назначение</li> <li>— Виды пассажирских вагонов (купе, плацкарт, общий, СВ)</li> <li>— Отличия пассажирских вагонов, обслуживание</li> </ul> |
|--|---|--|--|--|

|                         |   |                    |   |                                       |
|-------------------------|---|--------------------|---|---------------------------------------|
| Камеры хранения багажа. | 1 | Презентация, ролик | Правила пользования камерой хранения багажа | Использование камерой хранения багажа |
|-------------------------|---|--------------------|---|---------------------------------------|

### Торговля

|  |   |                    |   |                            |
|--|---|--------------------|---|----------------------------|
| - Универмаги и универсамы, их назначения и отличия.        | 2 | Презентация, ролик | Правила поведения и назначение данных магазинов | Посещение данных магазинов |
| - Сельмаг и сельпо. Их назначение.                         | 2 | Презентация, ролик | Правила поведения и назначение данных магазинов | Посещение данных магазинов |
| - Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. Экскурсия |   | Экскурсия          | Расположение и маршрут данных                   | Самостоятельное посещение  |

|                           |  |   |  |  |   |
|---------------------------|--|---|--|--|---|
|                           | в универсам. Нахождение указанного отдела и товара. ПР   |   |  | магазинов  | универмага и универсама Отчет по плану.   |
| <b>Семья</b>              |  |   |  |  |   |
| -                         | Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.                         | 2 | Составление родового древа.  | - родственные отношения в семье;<br><br>- состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их. | - записать имя, отчество, фамилию членов семьи; места работы, учебы членов семьи.<br><br>- выполнять правила поведения в семье. |
| -                         | Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.  | 2 | Обязанности каждого члена семьи.   | - обязанности каждого члена семьи.   | - выполнять свои обязанности.   |
| <b>Жилище</b>             |  |   |  |  |   |
| -                         | Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. | 2 | Работа в рабочей тетради.  | - виды жилых помещений в городе и селе и их различие;<br><br>- варианты квартир.               | - соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.   |
| -                         | Почтовый адрес дома, школы-интерната.  | 2 | Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе. | - почтовый адрес своего дома и школы-интерната;  | - писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе.                         |
| <b>Культура поведения</b> |  |   |  |  |   |
|                           | Школа хороших манер.   | 1 | Тренинговые занятия, ролевые игры.   | - знать правила хорошего тона, хороших манер.  | - правильно вести себя в различных ситуациях.   |
|                           | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом.  | 1 | Ролевая игра — ситуативные диалоги при встрече, расставании  | - правила поведения при встрече и расставании;<br><br>- формы обращения с просьбой, воп-       | - вежливо обращаться; с просьбой, вопросом к сверстниками и взрослым<br><br>- правильно вести себя при встрече и                |

|   |  |   |                                     |  |
|---|--|---|-------------------------------------|--|
|   |  |   | росом;                              | расставании со сверстниками (мальчика и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях. |
| - | Правила поведения в школе, дома, в столовой. | 2 | Ролевая игра — ситуативные диалоги. | - правила поведения в школе, дома, в столовой.<br><br>- правильно вести себя в школе, дома, в столовой.        |

### Транспорт

|   |  |   |  |   |   |
|---|--|---|--|---|---|
|   | Виды транспортных средств. Проезд в школу- интернат (маршрут, виды транспорта).          | 1 | Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы-интерната. Рассчитать стоимость проезда от дома до школы-интерната и обратно. Определить сумму денег необходимую им на проезд в течение недели, месяца. | - основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;<br><br>- составить наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;<br><br>- варианты проезда до школы различными видами транспорта. | -рассчитать стоимость проезда от дома до школы.<br><br>-составить рациональный маршрут передвижения от дома до школы.<br><br>-пользоваться различными видами городского транспорта.   |
| - | Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. | 2 | Коллективные поездки в транспорте. Изготовление знаков дорожного движения, встречающиеся по дороге к дому, интернату.  | - правила передвижения на велосипеде.   | - соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);<br><br>- соблюдать правила дорожного движения;<br>- различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы школы-интерната и |

|                       |  |    |   |   |  |
|-----------------------|--|----|---|---|--|
|                       |  |    |   | обратно.  |  |
| <b>Торговля</b>       |  |    |   |   |  |
| -                     | Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. | 2  | Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы.                | - виды магазинов;<br>- назначение; продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции.   | - уметь определять виды торговых предприятий, отделов.<br><br>- уметь подсчитать стоимость товара за определенное количество массы.  |
| -                     | Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца самообслуживание).<br><br>Срок годности, стоимость.  | 2  | Приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.<br><br>- определенные сроки годности (на примере молочных продуктов). | - правила поведения в магазине;<br><br>- правила покупки товаров;<br><br>- стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов | - округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты<br><br>- оплатить, проверить чек и сдачу;<br><br>- культурно вести себя с работниками торговли<br><br>- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности. |
| <b>Средства связи</b> |  |    |   |   |  |
| -                     | Основные средства связи, их назначение.<br><br>( почта, телефон, телеграф, компьютер).   | 2  | Экскурсия на почту.   | Правила пользования средствами связи, их значение   | Использовать почту, телефон, компьютер.  |
|                       | Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма).  | 1  |   | Виды почтовых отправлений   | Отправлять различные виды почтовых отправлений   |
|                       | ИТОГО:   | 68 |   |   |  |



| п                     | Темы   | Часы | Практические работы                                   | Знать  | Уметь   |
|-----------------------|--|------|---|--|---|
| <b>Личная гигиена</b> |  |      |   |  |   |
| 2                     | Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья. | 2    | Презентация   | Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.                                       | Соблюдение правил и приемов сохранения чистоты и здоровья тела. |
| 4                     | Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств.                         | 2    | Презентация   | Фирмы по выпуску косметических средств.<br><br>Косметологические кабинеты города и района. | Выбор косметических средств.                                    |
| <b>Одежда и обувь</b> |  |      |   |  |   |
| 5                     | Особенности ухода за одеждой. Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.           | 2    | Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.  | Правила ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.                              |   |
| 7                     | Использование бытовой техники для стирки белья из хлопчатобумажной ткани.                    | 2    | Стирка изделий из шёлка вручную.                      | Правила использования бытовой техники для стирки белья из х/б тканей                       | Использования бытовой техники для стирки белья из х/б тканей    |
| 9                     | Правила и приёмы глажения белья, брюк.   | 2    |   | Правила и приёмы глажения белья, брюк.   | Использование правил и приемов глажения белья                   |
| -                     | Прачечные. Виды услуг, правила пользования.  | 2    |   | Правила пользования видами услуг прачечной   | Пользование правилами услуг прачечной                           |
| -                     | Правила и приёмы глажения белья, брюк.   | 2    | Глажка  | Правила и приёмы глажения белья, брюк.   | Пользование правилами и приемами глажения белья, брюк           |
| <b>Семья</b>          |  |      |   |  |   |
| -                     | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста.  | 2    | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста. | Приемы и методы ухода за детьми младшего возраста  | Помощь родителям в уходе за детьми младшего возраста            |
| -                     | Разучивание и проведение игр   | 2    | Проведение игр  | Приемы и методы разучивания и  | Разучивание и проведение игр с                                  |

|                           |  |   |                                       |  |                                 |
|---------------------------|--|---|---------------------------------------|--|---------------------------------|
|                           | с младшими школьниками                         |   |                                       | проведения игр с младшими школьниками  | младшими школьниками            |
| <b>Культура поведения</b> |  |   |                                       |  |                                 |
| -                         | Правила приёма приглашения в гости.            | 2 | Приглашение гостей                    | Правила приема приглашения гостей  | Прием гостей                    |
| -                         | Культура общения юноши и девушки.              | 2 | Диалог между юношей и девушкой        | Правила знакомства<br>Правила расставания<br>Правила общения   | Общение юношей и девушек        |
| -                         | Сюжетно - ролевая игра «Встреча молодых людей» | 2 | Сюжетно-ролевая игра                  | Правила поведения в жизненных ситуациях  | Обыгрывание жизненных ситуаций. |
| -                         | Внешний вид молодых людей.                     | 2 |                                       | Требования к внешнему виду<br>Приёмы подбора одежды в соответствии с мероприятием                                  | Выбор причёски и макияжа.       |
| <b>Питание</b>            |  |   |                                       |  |                                 |
| -                         | Виды теста.                                    | 2 | Изучение видов теста, просмотр ролика | Происхождение теста;<br>Виды теста;<br>Изделия из разного теста;<br>Основные компоненты                            | Различать виды теста            |
| -                         | Запись рецептов приготовления теста.           | 2 | Приготовление теста                   | Последовательность приготовления теста<br>Основные правила.  | Приготовление теста             |
| -                         | Приготовление теста для блинов.                | 2 | Приготовление теста для блинов        | Необходимые продукты<br>Последовательность приготовления<br>Замешивание теста.                                     | Замешивание теста для блинов.   |
| -                         | Заготовка продуктов впрок.<br>Засолка капусты. | 2 | Запись рецептов                       | Понятие «впрок»<br>Значение заготовки продуктов<br>Виды заготовок<br>Способы засолки капусты<br>Последовательность | Засолка капусты                 |

|   |   |   |  |   |                                   |
|---|---|---|--|---|-----------------------------------|
|   |   |   | ть<br>Шинкование<br>капусты<br>Засолка капусты в<br>банках |   |                                   |
| - | Запись рецептов. Заготовка<br>продуктов впрок.<br>Приготовление овощного<br>салата впрок. | 2 | Запись рецептов  | Разновидности<br>овощных салатов<br>в зиму<br>Последовательнос<br>ть приготовления<br>Подготовка<br>овощей<br>(обработка,<br>нарезка)<br>Закладывание<br>салата в банки | Приготовление<br>овощного салата. |
| - | Запись рецептов. Работа с<br>кулинарными книгами.<br>Консервирование ягод.                | 2 | Запись рецептов из<br>кулинарной книги.                    | Правила записи<br>рецептов<br>Правила<br>обращения с<br>кулинарной<br>книгой  | Записать и<br>оформить рецепты.   |

### Жилище

|   |  |   |   |   |  |
|---|--|---|---|---|--|
| - | Уборка кухни, санузла и<br>ванной комнаты. | 2 |   | Последовательнос<br>ть уборки кухни<br>Частота уборки<br>санузла<br>Чистка ванны,<br>частота ухода.   | Подбор моющих<br>средств,<br>оформление. |
| - | Мытьё кафельных стен, чистка<br>раковины.  | 2 | Мытьё кафельных стен,<br>чистка раковины. | Средства для<br>чистки кафельных<br>стен<br>Правила мытья<br>стен<br>Чистящие<br>средства для<br>раковины, и<br>периодичность<br>чистки раковины  | Мытьё стен и<br>чистка раковины.         |
| - | Моющие средства.                           | 2 |   | Виды чистящих,<br>моющих средств.<br>Способы<br>применения<br>средств<br>Частота<br>применения.<br>Требования к<br>жилому<br>помещению<br>Требования к<br>кухне<br>Требования к<br>санузлу, ванной<br>комнате | Подбор моющих<br>средств                 |

|   |   |                        |   |                                     |
|---|---|------------------------|---|-------------------------------------|
|   |   |                        | Соблюдение техники безопасности.  |                                     |
| <b>Транспорт</b>  |   |                        |   |                                     |
| - Междугородний автотранспорт. Автовокзал.<br>Ролевые игры                                  | 2 |                        | Виды междугороднего транспорта<br>Назначение автовокзала<br>Месторасположение автовокзала<br>Направления.<br>Место прибытия и отправления автобусов.<br>Место продажи билетов<br>Стол справок | Зарисовка транспорта.               |
| - Значение водного транспорта.<br>Водный транспорт.   | 2 |                        | Назначение водного транспорта<br>Разновидности транспорта   | Зарисовки водного транспорта        |
| - Экскурсия на автовокзал.<br>Наблюдение за отправлением автобусов и приобретением билетов. | 2 |                        | Местонахождение   | Отчет по плану.                     |
| <b>Торговля</b>   |   |                        |   |                                     |
| - Рынки. Виды рынков<br>Нахождение наиболее низких цен на продукцию.                        | 2 |                        | Понятие «рынок»<br>Виды рынков по продаваемому товару<br>По внешнему виду.<br>Месторасположение<br>Наблюдение за покупателями<br>Наблюдение за продавцами                                     | Отчет по плану.                     |
| - Различия рынка от магазина.<br>Право выбора товара  | 2 |                        | Отличия по внешнему виду<br>По качеству и разновидностью продаваемого товара<br>Владельцы, арендаторы.  | Отчет по плану.                     |
| <b>Средства связи</b>   |   |                        |   |                                     |
| - Телефон. Виды телефонной связи.   | 2 | Пользование телефоном. | Понятие «Телефон»<br>Проводная и  | Зарисовка телефонов, их различение. |

|   |  |   |  |  |   |
|---|--|---|--|--|---|
|   |  |   | беспроводная телефонная связь<br>Разновидности телефонной связи. |  |   |
| - | Правила пользования телефонным справочником.       | 2 | Демонстрация справочников, пример использования.                 | Разновидности телефонных справочников<br>Правила пользования                     | Пользование справочником                        |
| - | Культура разговора по телефону.                    | 2 | Ролевая игра   | Правила этикета звонящего<br>Правила беседы отвечающего.                         | Применение этикета разговора по телефону        |
| - | Междугородняя телефонная связь.                    | 2 | Экскурсия на почту   | Способы осуществления междугородней связи<br>Места для междугородних разговоров. | Использование междугородней связью              |
|   | Виды заказов междугороднего телефонного разговора. | 1 | Телефонный разговор  | Виды заказов<br>Тарифы<br>Способы оплаты.  | Различать виды заказов, тарифы и способы оплаты |

#### Медицинская помощь

|   |   |   |  |   |                                   |
|---|---|---|--|---|-----------------------------------|
| - | Первая помощь при несчастном случае.        | 2 |  | Виды доврачебной помощи   | Различать виды доврачебной помощи |
|   | Первая помощь утопающему.                   | 1 |  | Порядок оказания помощи   | Оказание помощи                   |
|   | Солнечный и тепловой удар.<br>Первая помощь | 1 |  | Последовательность порядка первой помощи  | Оказание первой помощи            |
|   | Меры по предупреждению несчастных случаев.  | 1 |  | Соблюдение правил поведения на пляже, в незнакомых местах<br>Меры по предупреждению |                                   |

#### Экономика домашнего хозяйства

|   |               |    |                         |                       |                         |
|---|---------------|----|-------------------------|-----------------------|-------------------------|
| - | Бюджет семьи. | 2  | Рассчитать бюджет семьи | Составляющие бюджета. | Составлять бюджет семьи |
|   | ИТОГО:        | 68 |                         |                       |                         |

### Учебно-тематический план. 9 класс

| п | Темы | Часы | Практические работы | Знать | Уметь |
|---|------|------|---------------------|-------|-------|
|---|------|------|---------------------|-------|-------|

## Одежда и обувь

|                          |   |  |  |                          |
|--------------------------|---|--|--|--------------------------|
| Стиль одежды. Мода       | 1 | Презентация                                  | Стили одежды                               | Подбирать стиль одежды   |
| Обновление одежды        | 1 | Презентация                                  | Правила обновления одежды                  | Обновлять одежду         |
| Выбор одежды, обуви      | 1 | Подбор одежды для куклы                      | Правила выбора одежды и обуви              | Выбор одежды и обуви     |
| 5 Определение размера    | 2 | Таблицы размеров. Определение своего размера | Правила определения размера                | Определить размер        |
| Выведение пятен с одежды | 1 | Вывести пятно с кусочка ткани                | Правила и способы выведения пятен с одежды | Выведение пятен с одежды |

## Семья

|                               |   |  |   |                                       |
|-------------------------------|---|--|---|---------------------------------------|
| Российская семья              | 1 | Презентация                                  | Функции семьи                                   | Различать функции семьи               |
| Условия создания семьи        | 1 | Презентация, ролик                           | Появление семьи в жизни каждого человека        | Создание семьи                        |
| Основы семейных отношений     | 1 | Презентация, схема                           | Права и обязанности в семье                     | Исполнять права и обязанности в семье |
| Распределение обязанностей    | 1 | Схема, таблица                               | Распределение обязанностей между членами семьи  | Распределять свои обязанности в семье |
| Семейные традиции             | 1 | Рисунок                                      | Существующие семейные традиции в других странах | Различать семейные традиции           |
| - Планировании бюджета семьи. | 2 | Упражнение планирования бюджета семьи. Схема | Статьи расходов семейного бюджета и его доход   | Рассчитать бюджет семьи               |
| Забота о детях                | 1 | Чтение сказки                                | Приемы и методы ухода за детьми                 | Ухаживать за детьми                   |

## Культура поведения

|                                   |   |   |                              |   |
|-----------------------------------|---|---|------------------------------|---|
| Адекватность поведения в обществе | 1 | Просмотр фильма «Школа этикета общения» | Правила поведения в обществе | Адекватное поведение в обществе               |
| Правила приема гостей             | 1 | Презентация                             | Правила приема гостей.       | Принимать гостей                              |
| Правила хорошего сна              | 1 |   | Правила полноценного сна     | Соблюдение правил хорошего, качественного сна |
| Взаимоотношения с                 | 1 |   | Правила взаимоотношений с    | Соблюдение правил                             |

|   |   |                       |   |  |
|---|---|-----------------------|---|--|
| соседями  |   |                       | соседями                                    |  |
| <b>Жилище</b>                                   |   |                       |   |  |
| Рациональная расстановка мебели в квартире      | 1 | Схема                 | Правила рациональной расстановки мебели     | Соблюдение правил рациональной расстановки мебели          |
| Интерьер  | 2 | Презентация, рисунок  | Стили в интерьере                           | Выбор стиля в интерьере                                    |
| Сохранение жилищного фонда                      | 1 | Презентация           | Виды жилья. Способы приобретения жилья.     | Различать виды жилья, способы приобретения жилья           |
| <b>Медицинская помощь</b>                       |   |                       |   |  |
| Инфекционные заболевания                        | 1 | Презентация           | Основные инфекционные заболевания           | Лечение основных инфекционных заболеваний                  |
| Меры по предупреждению инфекционных заболеваний | 1 | Презентация           | Профилактика инфекционных заболеваний       | Соблюдение мер по предупреждению инфекционных заболеваний  |
| Уход за больным                                 | 1 | Просмотр ролика       | Правила ухода за больным                    | Соблюдение правил ухода за больными                        |
| Применение лекарства                            | 2 | Инструкция            | Правила использования инструкции            | Соблюдение правил использования инструкцией                |
| Справка и лист нетрудоспособности               | 1 |                       | Виды документов нетрудоспособности          | Соблюдение условий получения документов нетрудоспособности |
| <b>Транспорт</b>                                |   |                       |   |  |
| Авиатранспорт                                   | 1 |                       | Виды авиатранспорта                         | Различать виды авиатранспорта                              |
| Порядок приобретения билетов                    | 2 |                       | Порядок приобретения билетов                | Приобретение билета  |
| <b>Торговля</b>                                 |   |                       |   |  |
| Значение ярмарок                                | 1 |                       | Изделия ручной работы                       | Различие ручной и машинной работы. Ценность.               |
| Виды ярмарок                                    | 1 |                       | Виды ярмарок                                | Различие ярмарок   |
| Время и место проведения ярмарок                | 1 |                       | Время и место проведения ярмарок. Условия.  | Приобретение товара на ярмарке. Виды                       |
| Проведение ярмарки                              | 1 | Проведение ярмарки    | Правила и требования для проведения ярмарки | Выбор товаров для ярмарки                                  |
| <b>Средства связи</b>                           |   |                       |   |  |
| Виды денежных переводов                         | 1 |                       | Виды денежных переводов.                    | Осуществлять денежные переводы                             |
| Экскурсия                                       | 1 | Виртуальная экскурсия | Правила поведения в общественном месте      | Соблюдение правил поведения                                |

|   |   |                       |  |  |
|---|---|-----------------------|--|--|
| Виды связи                                  | 1 |                       | Виды связи   | Выбор вида связи   |
| Современные виды связи                      | 1 |                       |  |  |
| Средства связи                              | 1 | Сотовый телефон       | Правила пользования сотовым телефоном. Его функции и возможности | Рациональный выбор функций использования сотового телефона             |
| <b>Учреждения, организации</b>              |   |                       |  |  |
| Предприятия бытового обслуживания населения | 1 |                       | Виды предприятий бытового обслуживания населения                 | Выбор предприятия бытового обслуживания населения в жизненной ситуации |
| Виды услуг                                  | 1 |                       | Виды услуг предприятий бытового обслуживания населения           | Выбор вида услуг предприятий бытового обслуживания населения           |
| Профессия работников                        | 1 |                       | Основные профессии работников                                    | Различать профессии работников и их функционал                         |
| - Деятельность предприятия                  | 2 | Экскурсия в пекарню   | Виды деятельности предприятия                                    | Соблюдение ТБ  |
| <b>Трудоустройство</b>                      |   |                       |  |  |
| Отдел кадров                                | 1 |                       | Профессии работников отдела кадров, их обязанности               | Выбор сотрудника отдела кадров в жизненной ситуации                    |
| Трудоустройство                             | 1 | Ролевая игра          | Формула выбора профессии.  | Выбор дальнейшей профессии.  |
| Биржа труда                                 | 1 | Сайт службы занятости | Служба занятости   | Осуществление поиска вакансий с использованием сайта службы занятости  |
| Постоянная работа                           | 1 |                       | Виды документов при оформлении на постоянную работу              | Собрать необходимые документы на оформление на постоянную работу       |
| Работа по контракту                         | 1 |                       | Виды документов при оформлении на работу по контракту            | Собрать необходимые документы для оформления работы по контракту.      |
| Правила перехода на другую работу           | 1 |                       | Правила перехода на другую работу                                | Соблюдение правил перехода на другую работу                            |
| Документы при поступлении на работу         | 1 |                       | Список необходимых документов для поступления на работу          | Собрать пакет документов   |
| Заявление                                   | 1 | Написание заявления   | Правила написания заявления о приеме на                          | Соблюдение правил написания  |



|                                   |    |                                   |  |  |
|-----------------------------------|----|-----------------------------------|--|--|
|                                   |    |                                   | работу   | заявления.   |
| Анкета                            | 1  | Заполнение анкеты                 | Правила заполнения анкеты  | Соблюдение правил заполнения анкеты                                    |
| Расписка                          | 1  | Написание расписки                | Виды расписки  | Отличие расписок   |
| Докладная                         | 1  | Написание докладной               | Виды и способы оформления докладных записок                                | Оформление докладной записки   |
| Трудоустройство                   | 1  | Написание резюме                  | Вид деловых бумаг. Резюме. Правила написания резюме                        | Соблюдение правил написания резюме                                     |
| <b>Питание</b>                    |    |                                   |  |  |
| - Диетическое питание             | 2  | Приготовление диетического блюда  | Виды диетического питания. Правила приготовления блюд диетического питания | Соблюдение правил диетического питания                                 |
| Питание детей ясельного возраста  | 1  |                                   | Список продуктов питания детей ясельного возраста для составления меню     | Внесение продуктов питания детей ясельного возраста при меню           |
| - Составление меню                | 2  | Составление меню                  | Правила для составления меню   | Соблюдение правил для составления меню                                 |
| - Приготовление национальных блюд | 2  |                                   | Правила приготовления национальных блюд                                    | Соблюдение правил приготовлений национальных блюд                      |
| Национальные блюда                | 1  | Приготовление национального блюда | Запись рецепта национального блюда. Выбор блюда                            | Соблюдение рецепта при приготовление национального блюда               |
| Меню праздничного стола           | 1  |                                   | Порядок подачи закусок, первых и вторых блюд, десерта.                     | Составление меню к праздничному столу.                                 |
| - Сервировка стола к празднику    | 2  | Сервировка стола к празднику      | Порядок расставления столовых приборов и посуды. Украшение стола           | Соблюдение выбранной теме пи сервировке и украшении праздничного стола |
| Итоговый урок                     | 1  | Презентация                       |  |  |
| ИТОГО:                            | 68 |                                   |  |  |

