КГБОУ «Казачинская школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  Председатель МО  Г.А. Зиновьева \_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №\_\_\_\_ от  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. | «Согласовано»  Заместитель директора школы по УР  О.В. Стильве \_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. | «Утверждаю»  Директор школы  Ю.А. Грохотова \_\_\_\_\_\_\_  Приказ №\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. |

Адаптированная рабочая программа

по учебному предмету «Социально – бытовая ориентировка» для 5, 7-9 классов

на 2018-2019 учебный год

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г.

Составитель: Т.С. Неудахина

учитель I квалификационной категории

**Статус документа**

Адаптированная рабочая программапо учебному предмету «Социально – бытовая ориентировка» для 5, 7-9 классов составлены на основе «Адаптированной основной образовательной программы КГБОУ Казачинская школа».

**Пояснительная записка.**

Занятия по социально-бытовой ориентировке направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Количество часов в неделю по учебному плану: 5 класс – 1 час, 7-9 классы – 2 часа.

Количество часов по программе: 5 класс – 35 часов, 6-9 классы – 70 часов.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем. На занятиях по СБО учащиеся практически знакомятся с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется 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 способствуют усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся.

Большинство разделов программы изучается с 5-9 классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирование новых.

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

В большинстве разделов предусмотрено проведение практических работ. Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки.

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы. Стараться ставить детей перед необходимостью самостоятельно принимать решения. Игры могут занимать часть урока или организовываться как итоговое занятие на урок или два. Эти занятия имеют весьма важное значение для решения задач обучения и воспитания, так как на них закрепляются различные знания и навыки учащихся: правила поведения, навыки приготовления тех или иных блюд, сервировки стола, уборки помещения.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения.

Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Текущие экскурсии проводятся в ходе изучения темы и служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Любая экскурсия используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы. Перед экскурсией следует провести вводную беседу: назвать объект наблюдения, рассказать о пути следования к месту проведения экскурсии, напомнить учащимся правила дорожного движения, правила поведения в транспорте и во время экскурсии.

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия.

На занятиях по СБО следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, обосновать вывод. На отдельных занятиях при прохождении ряда тем следует отводить время на практическое закрепление навыков составления деловых бумаг с учетом различных жизненных ситуаций, опираясь на знания и умения, полученные на уроках родного языка.

Первоочередная **цель** СБО – формирование знаний, умений, навыков, направленных на социальную адаптацию выпускников, повышение уровня общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к ведущей самостоятельной жизнедеятельности.

В качестве ведущих можно выделить следующие **задачи** предмета СБО:

- каждому ученику независимо от клинического диагноза необходимо получить полное представление по курсу СБО для дальнейшей адаптации, реабилитации и абилитации;

- реализовать методы интегрирующего обучения, предусматривающие комплексное изучение данного предмета как коррекционного;

- систематизировать, формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки общественно полезного и самообслуживающего труда;

- организовать и использовать бригадные формы обучения во всех видах практических занятий, экскурсиях, тренировочных упражнениях, межпредметных связях;

- учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, подходить к учащимся дифференцированно, принимая во внимание не только своеобразие их развития, но и возможности овладения учебным материалом и трудовыми умениями и навыками.

 Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий или дома.

Контроль и учет знаний и умений учащихся осуществляется путем бесед, устного и письменного опросов, тестирования и практических работ.

**Содержание тем учебного курса.**

**Личная гигиена**

5класс

Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Утренний и вечерний туалет. Содержание в чистоте вещей личного пользования; здоровье и красота прически. Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению при чтении, письме и просмотре телепередач. Пагубное влияние алкоголя и курения на детский организм.

7класс

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

8 класс

Уход за кожей лица. Косметические средства. Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесении крема.

9 класс

Правила личной гигиены — основа образа жизни. Вред курения и алкоголя.

**Одежда и обувь**

5 класс

Значение одежды, головных уборов и обуви для человека. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Правила и приемы ухода за обувью.

7класс

Чистка одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Наложение заплат. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования.

8класс

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования: метки, заполнение бланков. Прачечная самообслуживания.

9класс

Стиль одежды, мода, обновление одежды, замена мелких дета­лей.Средства и правила выведения мелких пя­тен на одежде из раз­ных видов тканей в до­машних условиях. Строжайшее соблюде­ние техники безопасно­сти при пользовании средствами для выведе­ния пятен. Стирка изделий из тюля и трикотажа.

**Питание** 5 класс

Значение питания в жизни и деятельности человека. Разнообразие продуктов питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой. Сервировка стола. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды. Приготовление овощного салата.

7 класс

Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Приготовление блюд из овощей, рыбных и мясных продуктов. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Правила пользования мясорубкой. Сервировка стола к обеду. Приготовление киселя.

8 класс

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

9 класс

Диетическое пита­ние. Питание детей ясель­ного возраста. Приготовление наци­ональных блюд. Составление меню и сервировка празднич­ного стола. Работа с литерату­рой: подбор рецептов ди­етического питания, составление меню диетического питания на день, неделю, составление меню на день, неделю для ребен­ка ясельного возраста.

**Культура поведения**

5 класс

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего состояния здоровья. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.

7 класс

Поведение в гостях. Подготовка к поездке в гости. Подарки. Выбор подарка. Правила вручения и прием подарка. Изготовление несложных сувениров.

8 класс

Культура общения юноши и девушки. Значение тона разговора в установлении межличностного контакта. Внешний вид молодых людей: одежда, косметика, парфюмерия с учетом места нахождения. Сюжетно-ролевые игры

9 класс

Правила общежития. Сюжетно-ролевые игры. Адекватность поведе­ния в обществе. Прием гостей и пра­вила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.

**Жилище**

5 класс

Виды жилых помещений в городе и селе. Виды отопления в городе и селе. Разновидности жилья: собственное и государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома и школы-интерната.

7 класс

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Мытье зеркал, утепление окон, мытьё полов. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия: мягкая обивка, полировка, лак. Уход за полом в зависимости от его покрытия: масляная краска, линолеум, ковёр, лак. Животные в доме: кошка, собака, попугай.

8 класс

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Мытье кафельных стен, чистка раковин.

9 класс

Рациональная расста­новка мебели в кварти­ре. Интерьер. Сохранение жилищ­ного фонда. Упражнение в рацио­нальной расстановке мебели, подборе дета­лей интерьера.

**Транспорт**

5 класс

Виды транспортных средств города. Проезд в школу. Правила поведения в транспорте и на улицах села и города. Правила и знаки дорожного движения.

7 класс

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

8 класс

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 на автобусную станцию.

9 класс

Назначение авиа­транспорта. Аэровок­зал. Маршруты. Поря­док приобретения биле­тов. Стоимость проезда.

**Торговля**

5 класс

Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизни и деятельности человека. Продуктовые магазины и их отделы. Виды товаров, отпускаемых в продуктовых магазинах. Порядок приобретения товаров в продуктовых магазинах.

7 класс

Универсальные и промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, примерка одежды и обуви, оплата. Экскурсия в промтоварный магазин.

8 класс

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров. Упражнения в подсчете стоимости покупок. Экскурсия в один из специализированных магазинов.

9 класс

Продуктовый рынок. Отделы рынка. Особенности приобретения продуктов на рынке. Комиссионный магазин, его особенности.Посещение отделов магазина – распродажи товаров по сниженным ценам.

**Семья**

5 класс

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношения между членами семьи.

1. класс

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Соблюдение чистоты в доме.Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

8 класс

Уход за грудным ребенком: кормление из соски и с ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек. Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы; мытье детской посуды, игрушек.

9 класс

Ус­ловия создания семьи, основные семейные от­ношения. Распределение обя­занностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации до­суга, отдыха в семье. Семейные традиции. Упражнения в плани­ровании бюджета се­мьи и распределении обязанностей в семье.

**Средства связи**

7 класс

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

8 класс

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 точного времени.

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

Экскурсия на переговорный пункт.

9 класс

Посылки. Правила упаковки и отправления. Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов. Экскурсия на почту: заполнение бланков на отправление денежного перевода, почтового и телеграфного.

**Медицинская помощь**

7 класс

Домашняя аптечка. Термометр.Лекарственные растения.Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.Отвары, настои, чаи.Кровотечение из носа.Обработка ран при микротравмах.Упражнения в наложениях повязок на рану, поврежденную конечность.Заваривание травяного настоя.

8 класс

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмораживании. Упражнения в оказании первой помощи утопающему.Экскурсия в поликлинику.

9 класс

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетру­доспособность: справка и листок не­трудоспособности. Сюжетная игра — больной в доме. Уход за ним: измерение температуры и запись, чтение инструкции "показа­ний и применения лекарства, составле­ние графика приема; поправка постели, организации столи­ка у постели больного, ставить горчич­ники на кукле.

**Учреждения, организации, предприятия.**

7класс

ЖКХ. Значение для жителей.Ремонтные мастерские. Их назначение, профессии.Экскурсия в мастерские, котельные.

8 класс

Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их назначение. Экскурсия в одну из организаций.

9 класс

Предприятия бытового обслуживания: «прокаты», «ремонт квартир», «остек­ление» и другие, их назначение. Профессии работников бытового обслуживания.

**Экономика домашнего хозяйства.**

7класс

Бюджет семьи.Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.Доверенность.Упражнения по определению доходов семь. Составление доверенности на получение зарплаты.

8 класс

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). Упражнения в планировании расходов на день, две недели. Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии, газа, заполнение квитанций. Упражнения впланировании крупных покупок (на конкретных примерах), в оказании материальной помощи родственникам.

9 класс

Основные статьи расходов. Расходы на удовлетворение культурных потребностей. Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Виды вкладов. Государственное страхование. Кредиты.

**Трудоустройство**

9 класс

Учреждения и отделы по трудоустройству (отдел кадров, комиссия по трудо­устройству молодежи при префектуре, бюро по трудоустройству населения, дет­ская биржа труда). Знакомство с профи­лем учреждений, выбор предложенной работы. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходи­мые для поступления на работу. Их оформление. Деловые бумаги: заявление, автобиография, анкета, расписка, докладная записка, заявка; пра­вила их составления.

**Учебно-тематический план.**

**5 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 8 | 7 | 10 | 10 | 35 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов | Контрольные  работы | Практические,  лабораторные,  экскурсии,  развитие речи. |
| 1 | Личная гигиена | 4 |  |  |
| 2 | Одежда и обувь | 4 |  | 1 |
| 3 | Питание | 6 |  | 2 |
| 4 | Культура поведения | 3 |  |  |
| 5 | Жилище | 5 |  |  |
| 6 | Транспорт | 4 |  |  |
| 7 | Торговля | 4 |  | 1 |
| 8 | Семья | 5 | 1 |  |

**Учебно-тематический план.**

**7 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 16 | 16 | 20 | 18 | 70 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов | Контрольные  работы | Практические,  лабораторные,  экскурсии,  развитие речи. |
| 1 | Личная гигиена | 6 | 1 |  |
| 2 | Одежда и обувь | 10 | 1 | 3 |
| 3 | Питание | 9 | 1 | 1 |
| 4 | Культура поведения | 6 | 1 | **1** |
| 5 | Жилище | 8 | 1 | 1 |
| 6 | Транспорт | 2 |  |  |
| 7 | Семья | 4 |  | 1 |
| 8 | Торговля | 4 |  | 1 |
| 9 | Средства связи | 2 |  |  |
| 10 | Медицинская помощь | 11 | 1 | 3 |
| 11 | Учреждения, организации, предприятия | 4 |  | 1 |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 4 | 1 | 1 |

**Учебно-тематический план.**

**8 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 16 | 16 | 22 | 16 | 70 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов | Контрольные  работы | Практические,  лабораторные,  экскурсии,  развитие речи. |
| 1 | Личная гигиена | 4 | 1 |  |
| 2 | Одежда и обувь | 6 | 1 | 1 |
| 3 | Питание | 12 |  | 4 |
| 4 | Культура поведения | 4 | 1 |  |
| 5 | Жилище | 4 | 1 |  |
| 6 | Транспорт | 4 |  | 1 |
| 7 | Семья | 6 |  | 1 |
| 8 | Торговля | 4 |  | 1 |
| 9 | Средства связи | 4 |  | 2 |
| 10 | Медицинская помощь | 6 | 1 | 1 |
| 11 | Учреждения, организации, предприятия | 2 |  | 1 |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 14 | 2 | 2 |

**Учебно-тематический план.**

**9 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 16 | 14 | 20 | 20 | 70 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов | Контрольные  работы | Практические,  лабораторные,  экскурсии,  развитие речи. |
| 1 | Личная гигиена | 3 |  |  |
| 2 | Одежда и обувь | 5 | 1 | 1 |
| 3 | Питание | 10 | 1 | 2 |
| 4 | Культура поведения | 2 |  |  |
| 5 | Жилище | 5 | 1 |  |
| 6 | Транспорт | 2 |  |  |
| 7 | Семья | 4 |  |  |
| 8 | Торговля | 2 |  |  |
| 9 | Средства связи | 4 | 1 | 1 |
| 10 | Медицинская помощь | 4 |  | 1 |
| 11 | Учреждения, организации, предприятия | 4 | 1 |  |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 10 | 1 |  |
| 13 | Трудоустройство | 15 | 1 | 2 |

**Календарно-тематический план.**

**5класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование тем | Кол-во  часов | Дата проведения |
| 1. | Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Утренний и вечерний туалет. | 1 | 03.09 |
| 2. | Содержание в чистоте вещей личного пользования; здоровье и красота прически. | 1 | 10.09 |
| 3. | Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению при чтении, письме и просмотре телепередач. | 1 | 17.09 |
| 4. | Пагубное влияние алкоголя и курения на детский организм. | 1 | 24.09 |
| 5 | Значение одежды, головных уборов и обуви для человека. | 1 | 01.10 |
| 6 | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. | 1 | 08.10 |
| 7 | Правила и приемы ухода за обувью. | 1 | 15.10 |
| 8 | Практическая работа «Чистка одежды и обуви». | 1 | 22.10 |
| 9 | Значение питания в жизни и деятельности человека. Разнообразие продуктов питания. | 1 | 12.11 |
| 10 | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. | 1 | 19.11 |
| 11 | Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой. | 1 | 26.11 |
| 12 | Сервировка стола. | 1 | 03.12 |
| 13 | Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды. | 1 | 10.12 |
| 14 | Приготовление овощного салата. | 1 | 17.12 |
| 15 | Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего состояния здоровья. | 1 | 24.12 |
| 16 | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. | 1 | 14.01 |
| 17. | Правила поведения за столом. | 1 | 21.01 |
| 18. | Виды жилых помещений в городе и селе. Виды отопления в городе и селе. |  | 28.01 |
| 19 | Разновидности жилья: собственное и государственное. | 1 | 04.02 |
| 20 | Варианты квартир и подсобных помещений. | 1 | 11.02 |
| 21 | Организация рабочего места школьника. | 1 | 18.02 |
| 22 | Почтовый адрес дома и школы. | 1 | 25.02 |
| 23 | Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе. | 1 | 04.03 |
| 24 | Правила поведения в транспорте и на улицах города. | 1 | 11.03 |
| 25 | Проезд в школу. | 1 | 18.03 |
| 26 | Правила и знаки дорожного движения. | 1 | 01.04 |
| 27 | Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине. | 1 | 08.04 |
| 28 | Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров. | 1 | 15.04 |
| 29 | Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Ролевая игра. | 1 | 22.04 |
| 30 | Экскурсия в продовольственный магазин. | 1 | 29.04 |
| 31 | Семья, родственные отношения в семье. | 1 | 06.05 |
| 32 | Правила поведения в семье. Обязанности по дому. | 1 | 13.05 |
| 33-34 | Взаимоотношения между членами семьи.  Ролевая игра. | 2 | 18.05  20.05 |
| 35 | Итоговая контрольная работа за год. | 1 | 27.05 |

**Календарно-тематический план.**

**7класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование тем | Количество часов | Дата проведения |
| 1 | Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете СБО. | 1 | 04.09 |
| 2 | Личная гигиена подростка. | 1 | 04.09 |
| 3 | Индивидуальные предметы гигиены. | 1 | 11.09 |
| 4 | Правила сохранения чистоты и здоровья тела. | 1 | 11.09 |
| 5 | Гигиена одежды, нетельного и постельного белья. | 1 | 18.09 |
| 6 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 18.09 |
| 7 | Чистка одежды. | 1 | 25.09 |
| 8 | Ремонт разорванных мест одежды, штопка | 1 | 25.09 |
| 9 | Ремонт разорванных мест одежды, штопка | 1 | 02.10 |
| 10 | Наложение заплат. Практическая работа. | 1 | 02.10 |
| 11 | Стирка хлопчатобумажного белья вручную. | 1 | 09.10 |
| 12 | Стирка хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. | 1 | 09.10 |
| 13 | Утюжка белья, брюк. | 1 | 16.10 |
| 14 | Утюжка спортивной одежды. | 1 | 16.10 |
| 15 | Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. | 1 | 23.10 |
| 16 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 23.10 |
| 17 | Виды питания. | 1 | 06.11 |
| 18 | Значение первых и вторых блюд. | 1 | 06.11 |
| 19 | Приготовления первых и вторых блюд из овощей, рыбных и мясных продуктов. | 1 | 13.11 |
| 20 | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | 1 | 13.11 |
| 21 | Правила пользования мясорубкой. | 1 | 20.11 |
| 22 | Сервировка стола к обеду. | 1 | 20.11 |
| 23 | Составление меню к обеду. | 1 | 27.11 |
| 24 | Приготовление киселя. Практическая работа. | 1 | 27.11 |
| 25 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 04.12 |
| 26 | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. | 1 | 04.12 |
| 27 | Помощь родителям в соблюдении чистоты и порядка в доме. | 1 | 11.12 |
| 28 | Разучивание тихих и подвижных игр. | 1 | 11.12 |
| 29 | Проведение игр с младшими школьниками. | 1 | 18.12 |
| 30 | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. | 1 | 18.12 |
| 31 | Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа. | 1 | 25.12 |
| 32 | Правила приёма приглашения в гости и формы отказа. | 1 | 25.12 |
| 33 | Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки. | 1 | 15.01 |
| 34 | Подарки. Правила вручения подарков. | 1 | 15.01 |
| 35 | Изготовление несложных сувениров. Практическая работа. | 1 | 22.01 |
| 36 | Сюжетная игра «В гости…» | 1 | 22.01 |
| 37 | Обобщение пройденной темы. Тестирование | 1 | 29.01 |
| 38 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме. | 1 | 29.01 |
| 39 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету. | 1 | 05.02 |
| 40 | Пользование пылесосом и уход за ним. | 1 | 05.02 |
| 41 | Санитарная обработка помещения в случае необходимости. | 1 | 12.02 |
| 42 | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). | 1 | 12.02 |
| 43 | Уход за полом в зависимости от ее покрытия (масляная краска, линолеум, ковёр, лак). | 1 | 19.02 |
| 44 | Животные в доме (кошка, собака, попугай). | 1 | 19.02 |
| 45 | Обобщение пройденной темы. Тестирование | 1 | 26.02 |
| 46 | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов | 1 | 26.02 |
| 47 | Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. | 1 | 05.03 |
| 48 | Экскурсия в промтоварный магазин | 1 | 05.03 |
| 49 | Порядок приобретения: выбор товара, примерка одежды и обуви, оплата. | 1 | 12.03 |
| 50 | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | 1 | 12.03 |
| 51 | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | 1 | 19.03 |
| 52 | Бюджет семьи. | 1 | 19.03 |
| 53 | Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. | 1 | 02.04 |
| 54 | Доверенность. Составление доверенности на получение зарплаты. | 1 | 02.04 |
| 55 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 09.04 |
| 56 | ЖКХ. Значение для жителей. | 1 | 09.04 |
| 57 | Квитанции за ЖКХ. Расчёт платы за коммунальные услуги. | 1 | 16.04 |
| 58 | Ремонтные мастерские. Их назначение, профессии. | 1 | 16.04 |
| 59 | Экскурсия в мастерские, котельные. | 1 | 23.04 |
| 60 | Домашняя аптечка. Термометр. | 1 | 23.04 |
| 61 | Лекарственные растения. | 1 | 30.04 |
| 62 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | 1 | 30.04 |
| 63 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | 1 | 07.05 |
| 64 | Отвары, настои, чаи. | 1 | 07.05 |
| 65 | Кровотечение из носа. Первая медицинская помощь. | 1 | 14.05 |
| 66 | Обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, ушиб, укус насекомых. | 1 | 14.05 |
| 67 | Обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, ушиб, укус насекомых. | 1 | 21.05 |
| 68 | Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны. | 1 | 21.05 |
| 69 | Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны. | 1 | 28.05 |
| 70 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 28.05 |

**Календарно-тематический план.**

**8 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество  часов | Дата  проведения |
| 1 | Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете СБО. | 1 | 05.09 |
| 2 | Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств. | 1 | 05.09 |
| 3 | Косметические дезинфицирующие средства (профилактика появления прыщей). | 1 | 12.09 |
| 4 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 12.09 |
| 5 | Ручная стирка и сушка изделий из шерстяных тканей. | 1 | 19.09 |
| 6 | Ручная стирка и сушка изделий из синтетических тканей. | 1 | 19.09 |
| 7 | Правила и приемы утюжки блузок, рубашек, брюк. | 1 | 26.09 |
| 8 | Утюжка блузок, рубашек, брюк. | 1 | 26.09 |
| 9 | Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания. | 1 | 03.10 |
| 10 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 03.10 |
| 11 | Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (повторение). | 1 | 10.10 |
| 12 | Кухонные механические приспособления и электрооборудование (мясорубка, овощерезка, миксер) и правила безопасной работы с ними. | 1 | 10.10 |
| 13 | Составление меню на день и на неделю. | 1 | 17.10 |
| 14 | Способы и последовательность приготовления изделий из теста. | 1 | 17.10 |
| 15 | Правила приготовление блинов (бездрожжевое тесто). | 1 | 24.10 |
| 16 | Выпечка блинов (бездрожжевое тесто). | 1 | 24.10 |
| 17 | Правила приготовления песочного печенья. | 1 | 07.11 |
| 18 | Приготовление песочного печенья. | 1 | 07.11 |
| 19 | Консервирование овощей, фруктов, ягод. Запись рецептов заготовок. | 1 | 14.11 |
| 20 | Соление, квашение капусты. | 1 | 14.11 |
| 21 | Замораживание овощей, фруктов, ягод. | 1 | 21.11 |
| 22 | Нарезка зелени, овощей и фруктов для замораживания. | 1 | 21.11 |
| 23 | Правила ухода за грудным ребенком. | 1 | 28.11 |
| 24 | Правила и периодичность кормления грудного ребенка. | 1 | 28.11 |
| 25 | Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка. | 1 | 05.12 |
| 26 | Правила и последовательность купания грудного ребенка. | 1 | 05.12 |
| 27 | Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды | 1 | 12.12 |
| 28 | Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы. | 1 | 12.12 |
| 29 | Культура общения юноши и девушки. | 1 | 19.12 |
| 30 | Значение тона разговора в установлении межличностного контакта. Сюжетная игра «Встреча молодых людей». | 1 | 19.12 |
| 31 | Внешний вид молодых людей (одежда, косметика, парфюмерия с учетом места нахождения). | 1 | 26.12 |
| 32 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 26.12 |
| 33 | Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления для уборки кухни. | 1 | 09.12 |
| 34 | Правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина. Моющие средства и приспособления. Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами. | 1 | 09.01 |
| 35 | Правила мытья кафельных стен. Моющие средства и приспособления. | 1 | 16.01 |
| 36 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 16.01 |
| 37 | Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание. | 1 | 23.01 |
| 38 | Порядок приобретения билета. Стоимость проезда до пункта назначения. | 1 | 23.01 |
| 39 | Водный транспорт. Маршруты, расписание, стоимость билетов. | 1 | 30.01 |
| 40 | Экскурсия на автобусную станцию. | 1 | 30.01 |
| 41 | Специализированные магазины (книжный, спортивный). Правила поведения в магазине | 1 | 06.02 |
| 42 | Виды товара, отделы. Вежливое обращение к продавцу-консультанту | 1 | 06.02 |
| 43 | Экскурсия в магазин. | 1 | 13.02 |
| 44 | Рынки. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, постоянно действующие, временные, оптовые, мелкооптовые. | 1 | 13.02 |
| 45 | Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном – автоматом, таксофоном, квартирным. Правила пользования телефонным справочником. | 1 | 20.02 |
| 46 | Культура разговора по телефону. Вызов милиции – 02; пожарной команды – 01; утечка газа – 04; скорой помощи – 03 и др. аварийные службы. | 1 | 20.02 |
| 47 | Международная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью, тарифы. | 1 | 27.02 |
| 48 | Получение справок по телефону – справочная служба. Сюжетно-ролевая игра: «Телефонная справочная служба». | 1 | 27.02 |
| 49 | Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обморожение). | 1 | 06.03 |
| 50 | Первая помощь при несчастных случаях (отравление, тепловой и солнечный удары). | 1 | 06.03 |
| 51 | Первая помощь утопающему. | 1 | 13.03 |
| 52 | Глистные заболевания и меры по предупреждению. | 1 | 13.03 |
| 53 | Упражнения в оказании помощи при несчастном случае: промывание предполагаемой раны, наложение повязки на руку, ногу, голову; оказание помощи спасенного из водоёма. | 1 | 20.03 |
| 54 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 20.03 |
| 55 | Госучреждения: департамент, муниципалитет, префектура. Их назначение. | 1 | 03.04 |
| 56 | Полиция. Её назначение. Экскурсия. | 1 | 03.04 |
| 57 | Источники дохода. Среднедушевой доход. | 1 | 10.04 |
| 58 | Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. | 1 | 10.04 |
| 59 | Статьи расходов. Планирование текущих расходов. | 1 | 17.04 |
| 60 | Расходы на питание. | 1 | 17.04 |
| 61 | Содержание жилища: оплата жилой площади и коммунальных услуг. | 1 | 24.04 |
| 62 | Расчет электроэнергии и газа — снятие показаний счетчика и заполнение квитанций. | 1 | 24.04 |
| 63 | Расчет электроэнергии и газа — снятие показаний счетчика и заполнение квитанций. | 1 | 08.05 |
| 64 | Планирование крупных покупок. | 1 | 08.05 |
| 65 | Сбережения. Цель сбережения. Виды вкладов. | 1 | 15.05 |
| 66 | Планирование расходов на день. | 1 | 15.05 |
| 67 | Планирование расходов на две недели. | 1 | 22.05 |
| 68 | Обобщение пройденного материала. Тестирование. | 1 | 22.05 |
| 69 | Повторение пройденного за год. | 1 | 29.05 |
| 70 | Итоговое тестирование. | 1 | 29.05 |

**Календарно-тематический план.**

**9 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | Наименование тем | Кол-во часов | Дата проведения |
|  | Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете СБО. | 1 | 03.09 |
|  | Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. | 1 | 03.09 |
|  | Вред курения, алкоголя и наркотиков. | 1 | 10.09 |
| 4 | Стиль одежды, мода. Обновление одежды. | 1 | 10.09 |
| 5 | Средства и правила выведения мелких пя­тен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях. | 1 | 17.09 |
| 6 | Выведение пятен в домашних условиях. | 1 | 17.09 |
| 7 | Стирка изделий из тюля и трикотажа. | 1 | 24.09 |
| 8 | Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь» Тестирование. | 1 | 24.09 |
| 9 | Диетическое питание. | 1 | 01.10 |
| 10 | Рецепты приготовления диетических блюд. | 1 | 01.10 |
| 11 | Питание детей ясельного возраста. | 1 | 08.10 |
| 12 | Составление меню на день для детей ясельного возраста. | 1 | 08.10 |
| 13 | Составление меню на неделю для детей ясельного возраста. | 1 | 15.10 |
| 14 | Национальные блюда. | 1 | 15.10 |
| 15 | Приготовление национальных блюд (блины). | 1 | 22.10 |
| 16 | Приготовление национальных блюд (блины). | 1 | 22.10 |
| 17 | Составление меню и сервировка праздничного стола. | 1 | 12.11 |
| 18 | Обобщение тем по разделу «Питание». Тестирование. | 1 | 12.11 |
| 19 | Соседи. Правила общежития | 1 | 19.11 |
| 20 | Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми | 1 | 19.11 |
| 21 | Рациональная расстановка мебели в квартире. | 1 | 26.11 |
| 22 | Интерьер. | 1 | 26.11 |
| 23 | Виды уборки квартиры: ежедневная, еженедельная, сезонная. | 1 | 03.12 |
| 24 | Сохранение жилищного фонда (косметический ремонт: оклейка стен обоями, окраска дверей) | 1 | 03.12 |
| 25 | Обобщение тем по разделу «Жилище». Тестирование. | 1 | 10.12 |
| 26 | Назначение авиа­транспорта. Аэровок­зал. Маршруты. | 1 | 10.12 |
| 27 | Поря­док приобретения биле­та и их возврата. | 1 | 17.12 |
| 28 | Продуктовый рынок. Отделы рынка. Стоимость некоторых продуктов. Особенности приобретения продуктов на рынке. | 1 | 17.12 |
| 29 | Комиссионный магазин, его особенности. | 1 | 24.12 |
| 30 | Основы семейных отношений. Традиции, досуг. Организация отдыха. | 1 | 24.12 |
| 31 | Взаимоотношения в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях. | 1 | 14.01 |
| 32 | Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. | 1 | 14.01 |
| 33 | Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. | 1 | 21.01 |
| 34 | Основные статьи расходов. | 1 | 21.01 |
| 35 | Расходы на удовлетворение культурных потребностей. | 1 | 28.01 |
| 36 | Экономия в домашнем хозяйстве. | 1 | 28.01 |
| 37 | Экономия в домашнем хозяйстве. | 1 | 04.02 |
| 38 | Сбережения. Виды вкладов. | 1 | 04.02 |
| 39 | Сбережения. Виды вкладов. | 1 | 11.02 |
| 40 | Государственное страхование (обязательное, накопительное). Кредит. | 1 | 11.02 |
| 41 | Оформление кредита. | 1 | 18.02 |
| 42  43 | Обобщение по разделу «Бюджет семьи».  Тестированиепо разделу «Бюджет семьи». | 1  1 | 18.02  25.02 |
| 44 | Посылки. Правила упаковки и отправления. | 1 | 25.02 |
| 45 | Посылки. Правила упаковки и отправления. | 1 | 04.03 |
| 46 | Виды денежных переводов. Заполнение бланков. | 1 | 04.03 |
| 47 | Обобщение тем по разделу «Средства связи». Тестирование. | 1 | 11.03 |
| 48 | Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. | 1 | 11.03 |
| 49 | Уход за больным. | 1 | 18.03 |
| 50 | Уход за больным. | 1 | 18.03 |
| 51 | Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. | 1 | 01.04 |
| 52 | Предприятия бытового обслуживания. Назначение. | 1 | 01.04 |
| 53 | Виды оказываемых услуг. | 1 | 08.04 |
| 54 | Профессии работников предприятия | 1 | 08.04 |
| 55 | Обобщение тем по разделам «Медицинская помощь», «Учреждения и организации». Тестирование. | 1 | 15.04 |
| 56 | Выбор профессии. | 1 | 15.04 |
| 57 | Профессионально-жизненная перспектива. | 1 | 22.04 |
| 58 | Учреждения и отделы по трудоустройству. | 1 | 22.04 |
| 59 | Учреждения и отделы по трудоустройству. | 1 | 29.04 |
| 60 | Оформление на работу, постоянную и по договору. | 1 | 29.04 |
| 61 | Временные работы. | 1 | 06.05 |
| 62 | Временные работы. | 1 | 06.05 |
| 63 | Документы, необходи­мые для поступления на работу. | 1 | 13.05 |
| 64 | Трудовой договор. | 1 | 13.05 |
| 65 | Трудовой стаж. | 1 | 18.05 |
| 66 | Охрана труда несовершеннолетних | 1 | 18.05 |
| 67 | Охрана труда несовершеннолетних | 1 | 20.05 |
| 68 | Работа во время каникул. | 1 | 20.05 |
| 69-70 | Итоговое тестирование. Рекомендации учителя. | 2 | 27.05  27.05 |

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.**

**Личная гигиена, учащиеся должны знать:**

**5 класс:** последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила освещенности рабочего места, правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач, работы за компьютером, о вреде курения.

**7 класс:** правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических салфеток, правила ухода за кожей лица и волосами.

**8 класс:** правила ухода за кожей лица, приемы нанесения косметических средств.

**9 класс:** правила личной гигиены.

**Учащиеся должны уметь:**

**5 класс:** совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках и ногах, стирать индивидуальные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

**7 класс:** определить тип кожи и волос, подбирать мыло и шампунь, правильно ухаживать за лицом и волосами.

**8 класс:** правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, в меру пользоваться косметикой.

**9 класс:** соблюдать правила личной гигиены, соблюдать ЗОЖ.

**Одежда и обувь, учащиеся должны знать**

**5 класс:** виды одежды и обуви, их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов.

**7 класс:** особенности стирки цветного и белого белья, устройство стиральной машины и правила пользования ею, санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при ремонте одежды, последовательность глажения одежды из различных тканей, назначение прачечной.

**8 класс:** правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей, правильность и последовательность глажения изделий, назначение химчистки, правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

**9 класс:** размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы обновления одежды, средства выведение пятен в домашних условиях, правила стирки изделий из тюля и трикотажа.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь.

**7 класс:** накладывать заплаты, стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить одежду и белье.

**8 класс:** стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить блузки, рубашки, платья.

**9 класс:** пользоваться журналом мод, подбирать одежду и обувь, выводить пятна на одежде, стирать изделия из тюли и трикотажа.

**Питание, учащиеся должны знать**

**5 класс:** значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения.

**7 класс:** виды питания и их особенности, значение первых, вторых блюд, правила безопасности работы с электроприборами.

**8 класс:** виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок из овощей, зелени.

**9 класс:** значение диетического питания, особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

**7 класс:** пользоваться механическими и электробытовыми приборами, приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов, составить меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

**8 класс:** приготовить пресное тесто и изделия из него, нашинковать морковь, петрушку, укроп, свеклу, записать рецепт соления, варенья, консервирования.

**9 класс:** составить меню диетического питания на день, приготовить 1-2 диетических блюд, составить меню на день для ребенка ясельного возраста, приготовить одно национальное блюдо, составить меню праздничного стола, выполнить сервировку праздничного стола.

**Семья, учащиеся должны знать**

**5 класс:** родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

**7 класс:** правила ухода за младшими детьми, различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки.

**8 класс:** правила ухода за грудным ребенком, правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка, санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.

**9 класс:** основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции, о морально-этических нормах взаимоотношений в семье, обязанности, связанные с заботой о детях.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

**7 класс:** ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать младшим при уборке игрушек, рассказывать им сказки, петь с ними детские песни.

**8 класс:** купать, одевать, пеленать куклу, кормить куклу из соски и с ложечки, содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

**9 класс:** анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку, оказывать внимание, поддержку, посильную помощь в семье, активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье, поддерживать семейные традиции, выполнять обязанности в семье.

**Культура поведения, учащиеся должны знать**

**5 класс:** требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом.

**7 класс:** правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила поведения при вручении подарков.

**8 класс:** правила поведения юноши и девушки при знакомстве, требования к внешнему виду молодых людей.

**9 класс:** правила поведения в обществе – правила приема гостей.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании, вежливо обращаться с просьбой, вопросом.

**7 класс:** культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.

**8 класс:** культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения, одежду, учитывая возраст.

**9 класс:** встречать гостей, вежливо вести себя во время их приема, анализировать поступки людей и давать правильную оценку.

**Жилище, учащиеся должны знать**

**5 класс:** виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы.

**7 класс:** последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон, способы утепление окон, правила ухода за мебелью.

**8 класс:** правила и периодичность уборки санузла, кухни, ванной, моющие средства, используемые при уборке санузла, кухни, санитарно-гигиенические требования и ТБ при уборке.

**9 класс:** правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

**7 класс:** убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, топить печку.

**8 класс:** мыть кафельные стены, чистить раковины, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.

**9 класс:** расставлять мебель в квартире (на макете), подбирать детали интерьера.

**Транспорт, учащиеся должны знать**

**5 класс:** основные транспортные средства, рациональный маршрут проезда до школы-интерната, правила дорожного движения, дорожные знаки.

**7 класс:** функции железнодорожного транспорта, тип пассажирского вагона, примерную стоимость билетов, службы ж\д вокзала.

**8 класс:** основные автобусные маршруты, правила безопасного передвижения в транспорте, основные маршруты водного транспорта.

**9 класс:** основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения билетов, правила посадки в самолет.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** соблюдать правила поведения в общественном транспорте, соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

**7 класс:** ориентироваться в расписании, приобретать ж\д билеты, обращаться за справкой, ознакомиться с правилами пользования ж\д транспортом, выполнять правила безопасности во время посадки в ж\д транспорте.

**8 класс:** пользоваться расписанием, покупать билет, выполнять правила безопасности.

**9 класс:** ориентироваться в расписании, определять маршрут, выбирать наиболее удобные транспортные средства, выполнять правила безопасности во время проезда.

**Торговля, учащиеся должны знать**

**5 класс:** виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы, содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, некоторых овощей и фруктов.

**7 класс:** назначение универсама и универмага, различия между ними, за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам.

**8 класс:** рынок, его виды, основные отличия его от магазина, правила поведения на рынке, права покупателя.

**9 класс:** виды ярмарок, отличие ярмарки от рынка, магазина, время и место проведения ярмарок, цены ярмарочных товаров.

**Учащиеся должны уметь**

**5 класс:** выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно разговаривать с продавцом.

**7 класс:** найти нужные товара в отделах универсама и универмага.

**8 класс:** выбирать месторасположения нужных товаров, выбирать продукцию в соответствии с ее качеством.

**9 класс:** приобретенные умения при покупке товара в магазинах, перенести самостоятельно на ярмарку.

**Средства связи, учащиеся должны знать**

**7 класс:** перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке, максимальный вес почтовых отправлений, виды и способы упаковок, виды почтовых отправлений.

**8 класс:** виды телефонной связи, правила пользования ими, телефонным справочником, периодичность оплаты телефона.

**9 класс:** виды денежных переводов, их стоимость, виды связи, стоимость услуг по каждому виду связи.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить опись, упаковать бандероль, посылку.

**8 класс:** кратко объяснить причину звонка по телефонам срочного вызова, культурно разговаривать по телефону.

**9 класс:** заполнить почтовый и телеграфный перевод, подсчитать стоимость денежных переводов.

**Медицинская помощь, учащиеся должны знать**

**7 класс:** меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила обработки раны и наложение повязки, правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах.

**8 класс:** меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приемы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

**9 класс:** способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приемы по уходу за больным, листок нетрудоспособности.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

**8 класс:** оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему.

**9 класс:** строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания, строго выполнять правила ухода за больным, ставить горчичники.

**Учреждения, организации и предприятия, учащиеся должны знать**

**7 класс:** местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, название цехов, отделов, специальностей, виды выпускаемой продукции.

**8 класс:** куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи, адрес местной префектуры.

**9 класс:** местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг оно оказывает.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**8 класс:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**9 класс:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Экономика домашнего хозяйства, учащиеся должны знать**

**7 класс:** составные части бюджета семьи;заработную плату членов семьи.**8 класс:**основные статьи расхода в семье, правила учета расходов; размер квартплаты, тарифы на электричество, газ; порядок и периодичность оплаты жилп­лощади и коммунальных услуг; размер и порядок внесения платы за телефон; порядок планирования крупных покупок, стоимость одежды, обуви, мебели.

**9 класс:**составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений;

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** подсчитывать бюджет семьи;составлять доверенность на получение заработной платы.**8 класс:**снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, заполнять квитанции; планировать крупные покупки.

**9 класс:** подсчитать бюджет семьи, подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели счетчика, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;

**Трудоустройство, учащиеся должны знать**

**9 класс:** учреждения и отделы по трудоустройству, местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие, виды документов необходимые для поступления на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию, статьи Трудового кодекса РФ.

**Учащиеся должны уметь**

**9 класс:** обращаться в отделы кадров при устройстве на работу, написать заявление, заполнить анкету, написать расписку, пользоваться ТК РФ.

**Система оценивания.**

Контроль и учет знаний и умений учащихся осуществляется путем бесед, устного и письменного опросов, тестирования и практических работ.

Наиболее распространенной формой контроля является опрос - встречный поток информации, доносящий учителю сведения о количественном и качественном уровне усвоения школьниками учебного материала, умении мыслить.

*Оценка устных ответов*

Устный опрос учащихся является одним из методов учета знаний, умений и навыков учащихся. При оценке устных ответов принимается во внимание: а) правильность ответа по содержанию, свидетельствующая об осознанности усвоения изученного материала; б) полнота ответа; в) умение практически применять свои знания; г) последовательность изложения и речевое оформление ответа.

***Оценка «5»*** ставится ученику, если он обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя обосновать, самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

***Оценка «4»*** ставится, если ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; делает некоторые ошибки в речи; допускает одну - две ошибки, которые исправляет при помощи учителя.

***Оценка «3»*** ставится, если ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно; допускает ряд ошибок в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя.

***Оценка «2»*** ставится, если ученик обнаруживает незнание большей или наиболее существенной части изученного материала; допускает ошибки, искажающие смысл; в работе делает грубые ошибки, не использует помощь учителя.

Ученик не всегда владеет речью в такой степени, чтобы без затруднений излагать свои знания. Поэтому, учитывая эти особенности детей с интеллектуальными проблемами развития, на занятиях СБО представляется возможным использование контроля знаний учащихся с помощью *тестовых заданий*, что обеспечивает всеобщий опрос, не занимающий много времени.

Целесообразно тестовые задания типа: поиск ошибки; выбор ответа; продолжение или исправление высказывания.

Задания целесообразно строить как дифференцированные, что позволит проверить и учесть в дальнейшей работе индивидуальный темп продвижения учащихся. Анализ результатов выполнения тестовых заданий дает возможность оказывать нуждающимся в этом ученикам целенаправленную помощь.  
Тестовый контроль может проводиться как по итогам определенных – четвертных, годовых отрезков времени, так и по темам. Один и тот же тест может быть предложен учащимся для проверки уровня усвоения учебного материала в начале прохождения темы, в середине и в конце работы по теме. Таким образом, имеется возможность отследить те моменты в усвоении программного материала, который по каким-либо причинам не усваивается детьми.  
 На занятиях по СБО помимо контроля за уровнем усвоения учебного материала важно проводить отслеживание и контроль за формированием практических умений и навыков. Ребята должны не только знать, как решается та или иная практическая задача, но и уметь выполнять эту работу, т.е. овладевать необходимыми практическими умениями и навыками.

*Оценка письменных и практических работ.*

***Оценка «3»*** ставится, если верно выполнено от 40% до 60% заданий.

***Оценка «4»*** при выполнении от 60% до 90% заданий.

***Оценка «5»*** при выполнении 100% заданий.

КГБОУ «Казачинская школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  Председатель МО  Г.А. Зиновьева \_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №\_\_\_\_ от  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. | «Согласовано»  Заместитель директора школы по УР  О.В. Стильве \_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. | «Утверждаю»  Директор школы  Ю.А. Грохотова \_\_\_\_\_\_\_  Приказ №\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г. |

Адаптированная рабочая программа

по учебному предмету «Социально – бытовая ориентировка» для учащихся 7 и 9 класса

с тяжелой умственной отсталостью

на 2018-2019 учебный год

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2018г.

Составитель: Т.С. Неудахина

учитель I квалификационной категории

**Статус документа**

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Социально – бытовая ориентировка» для 7 и 9 класса составлены на основе «Адаптированной основной образовательной программы КГБОУ Казачинская школа».

**Пояснительная записка.**

Занятия по социально-бытовой ориентировке направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Количество часов в неделю по учебному плану в 7 и 9 кл: 2 часа.

Количество часов по программе в 7 и 9 кл: 70 часов.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся с тяжелой умственной отсталостью без практических работ и системы оценивания.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем.

Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся.

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

**Цель занятий по СБО** — приспособить детей к самостоятельной практи­ческой жизни, выработать у них адекватное отношение к окружающим путем развития и воспитания положительных эмоций, правильных отношений с людьми в быту.

**Задачи программы:**

*Формирование коммуникативной компетенции.*

Расширение активного словарного запаса, развитие речи; ознакомление с различными продуктами, материалами и способами их обработки; с устройством и принципом работы инструментов и приспособлений.

***Привитие общетрудовых и практических компетенций.***

Привитие навыков культуры труда: учить планировать свою работу и организовывать рабочее место, выполнять работу качественно и аккуратно, анализировать результаты своей работы.

***Формирование личностной компетенции.***

Прививать учащимся самостоятельность в работе с инструментами, необходимыми в бытовом труде. Большую работу в этом плане учителю необходимо проводить с родителями учащихся. Воспитание навыков личной гигиены и самообслуживания необходимо наладить в семье.

***Формирование общекультурной компетенции.***

Развитие интереса и потребностей к изучению окружающего мира, развитие творческого воображения, самостоятельности, наблюдательности.

**Методы программы:**

**По источнику знаний:**

**-** словесные - рассказ, беседа, дискуссия;

**-**наглядные - наблюдение, демонстрация;

**По характеру познавательной деятельности:**

- объяснительно-иллюстративный **-** рассказ с использованием наглядных пособий и технических средств;

- репродуктивный - умения и навыки, полученные и закрепленные в процессе изучения материала.

**Содержание тем учебного курса.**

**Личная гигиена**

7класс

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

9 класс

Правила личной гигиены — основа образа жизни. Вред курения и алкоголя.

**Одежда и обувь**

7класс

Чистка одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Наложение заплат. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования.

9класс

Стиль одежды, мода, обновление одежды, замена мелких дета­лей.Средства и правила выведения мелких пя­тен на одежде из раз­ных видов тканей в до­машних условиях. Строжайшее соблюде­ние техники безопасно­сти при пользовании средствами для выведе­ния пятен. Стирка изделий из тюля и трикотажа.

**Питание**

7 класс

Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Приготовление блюд из овощей, рыбных и мясных продуктов. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Правила пользования мясорубкой. Сервировка стола к обеду. Приготовление киселя.

9 класс

Диетическое пита­ние. Питание детей ясель­ного возраста. Приготовление наци­ональных блюд. Составление меню и сервировка празднич­ного стола. Работа с литерату­рой: подбор рецептов ди­етического питания, составление меню диетического питания на день, неделю, составление меню на день, неделю для ребен­ка ясельного возраста.

**Культура поведения**

7 класс

Поведение в гостях. Подготовка к поездке в гости. Подарки. Выбор подарка. Правила вручения и прием подарка. Изготовление несложных сувениров.

9 класс

Правила общежития. Сюжетно-ролевые игры. Адекватность поведе­ния в обществе. Прием гостей и пра­вила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.

**Жилище**

7 класс

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Мытье зеркал, утепление окон, мытьё полов. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия: мягкая обивка, полировка, лак. Уход за полом в зависимости от его покрытия: масляная краска, линолеум, ковёр, лак. Животные в доме: кошка, собака, попугай.

9 класс

Рациональная расста­новка мебели в кварти­ре. Интерьер. Сохранение жилищ­ного фонда. Упражнение в рацио­нальной расстановке мебели, подборе дета­лей интерьера.

**Транспорт**

7 класс

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

9 класс

Назначение авиа­транспорта. Аэровок­зал. Маршруты. Поря­док приобретения биле­тов. Стоимость проезда.

**Торговля**

7 класс

Универсальные и промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, примерка одежды и обуви, оплата. Экскурсия в промтоварный магазин.

9 класс

Продуктовый рынок. Отделы рынка. Особенности приобретения продуктов на рынке. Комиссионный магазин, его особенности. Посещение отделов магазина – распродажи товаров по сниженным ценам.

**Семья**

1. класс

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Соблюдение чистоты в доме.Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

9 класс

Ус­ловия создания семьи, основные семейные от­ношения. Распределение обя­занностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации до­суга, отдыха в семье. Семейные традиции. Упражнения в плани­ровании бюджета се­мьи и распределении обязанностей в семье.

**Средства связи**

7 класс

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

9 класс

Посылки. Правила упаковки и отправления. Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов. Экскурсия на почту: заполнение бланков на отправление денежного перевода, почтового и телеграфного.

**Медицинская помощь**

7 класс

Домашняя аптечка. Термометр.Лекарственные растения.Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.Отвары, настои, чаи.Кровотечение из носа.Обработка ран при микротравмах.Упражнения в наложениях повязок на рану, поврежденную конечность.Заваривание травяного настоя.

9 класс

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетру­доспособность: справка и листок не­трудоспособности. Сюжетная игра — больной в доме. Уход за ним: измерение температуры и запись, чтение инструкции "показа­ний и применения лекарства, составле­ние графика приема; поправка постели, организации столи­ка у постели больного, ставить горчич­ники на кукле.

**Учреждения, организации, предприятия.**

7класс

ЖКХ. Значение для жителей.Ремонтные мастерские. Их назначение, профессии.Экскурсия в мастерские, котельные.

9 класс

Предприятия бытового обслуживания: «прокаты», «ремонт квартир», «остек­ление» и другие, их назначение. Профессии работников бытового обслуживания.

**Экономика домашнего хозяйства.**

7 класс

Бюджет семьи.Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.Доверенность.Упражнения по определению доходов семь. Составление доверенности на получение зарплаты.

9 класс

Основные статьи расходов. Расходы на удовлетворение культурных потребностей. Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Виды вкладов. Государственное страхование. Кредиты.

**Трудоустройство**

9 класс

Учреждения и отделы по трудоустройству (отдел кадров, комиссия по трудо­устройству молодежи при префектуре, бюро по трудоустройству населения, дет­ская биржа труда). Знакомство с профи­лем учреждений, выбор предложенной работы. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходи­мые для поступления на работу. Их оформление. Деловые бумаги: заявление, автобиография, анкета, расписка, докладная записка, заявка; пра­вила их составления.

**Учебно-тематический план.**

**7 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 16 | 16 | 20 | 18 | 70 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов |
| 1 | Личная гигиена | 6 |
| 2 | Одежда и обувь | 10 |
| 3 | Питание | 9 |
| 4 | Культура поведения | 6 |
| 5 | Жилище | 8 |
| 6 | Транспорт | 2 |
| 7 | Семья | 4 |
| 8 | Торговля | 4 |
| 9 | Средства связи | 2 |
| 10 | Медицинская помощь | 11 |
| 11 | Учреждения, организации, предприятия | 4 |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 4 |

**Учебно-тематический план.**

**9 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | 1 четверть | 2 четверть | 3 четверть | 4 четверть | год |
| Социально-бытовая  ориентировка | 16 | 14 | 20 | 20 | 70 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы | Общее кол-во  часов |
| 1 | Личная гигиена | 3 |
| 2 | Одежда и обувь | 5 |
| 3 | Питание | 10 |
| 4 | Культура поведения | 2 |
| 5 | Жилище | 5 |
| 6 | Транспорт | 2 |
| 7 | Семья | 4 |
| 8 | Торговля | 2 |
| 9 | Средства связи | 4 |
| 10 | Медицинская помощь | 4 |
| 11 | Учреждения, организации, предприятия | 4 |
| 12 | Экономика домашнего хозяйства | 10 |
| 13 | Трудоустройство | 15 |

**Календарно-тематический план.**

**7класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование тем | Количество часов | Дата проведения |
| 1 | Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете СБО. | 1 | 04.09 |
| 2 | Личная гигиена подростка. | 1 | 04.09 |
| 3 | Индивидуальные предметы гигиены. | 1 | 11.09 |
| 4 | Правила сохранения чистоты и здоровья тела. | 1 | 11.09 |
| 5 | Гигиена одежды, нетельного и постельного белья. | 1 | 18.09 |
| 6 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 18.09 |
| 7 | Чистка одежды. | 1 | 25.09 |
| 8 | Ремонт разорванных мест одежды, штопка | 1 | 25.09 |
| 9 | Ремонт разорванных мест одежды, штопка | 1 | 02.10 |
| 10 | Наложение заплат. Практическая работа. | 1 | 02.10 |
| 11 | Стирка хлопчатобумажного белья вручную. | 1 | 09.10 |
| 12 | Стирка хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. | 1 | 09.10 |
| 13 | Утюжка белья, брюк. | 1 | 16.10 |
| 14 | Утюжка спортивной одежды. | 1 | 16.10 |
| 15 | Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. | 1 | 23.10 |
| 16 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 23.10 |
| 17 | Виды питания. | 1 | 06.11 |
| 18 | Значение первых и вторых блюд. | 1 | 06.11 |
| 19 | Приготовления первых и вторых блюд из овощей, рыбных и мясных продуктов. | 1 | 13.11 |
| 20 | Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. | 1 | 13.11 |
| 21 | Правила пользования мясорубкой. | 1 | 20.11 |
| 22 | Сервировка стола к обеду. | 1 | 20.11 |
| 23 | Составление меню к обеду. | 1 | 27.11 |
| 24 | Приготовление киселя. Практическая работа. | 1 | 27.11 |
| 25 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 04.12 |
| 26 | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. | 1 | 04.12 |
| 27 | Помощь родителям в соблюдении чистоты и порядка в доме. | 1 | 11.12 |
| 28 | Разучивание тихих и подвижных игр. | 1 | 11.12 |
| 29 | Проведение игр с младшими школьниками. | 1 | 18.12 |
| 30 | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов. | 1 | 18.12 |
| 31 | Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость поезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа. | 1 | 25.12 |
| 32 | Правила приёма приглашения в гости и формы отказа. | 1 | 25.12 |
| 33 | Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки. | 1 | 15.01 |
| 34 | Подарки. Правила вручения подарков. | 1 | 15.01 |
| 35 | Изготовление несложных сувениров. Практическая работа. | 1 | 22.01 |
| 36 | Сюжетная игра «В гости…» | 1 | 22.01 |
| 37 | Обобщение пройденной темы. Тестирование | 1 | 29.01 |
| 38 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме. | 1 | 29.01 |
| 39 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету. | 1 | 05.02 |
| 40 | Пользование пылесосом и уход за ним. | 1 | 05.02 |
| 41 | Санитарная обработка помещения в случае необходимости. | 1 | 12.02 |
| 42 | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.). | 1 | 12.02 |
| 43 | Уход за полом в зависимости от ее покрытия (масляная краска, линолеум, ковёр, лак). | 1 | 19.02 |
| 44 | Животные в доме (кошка, собака, попугай). | 1 | 19.02 |
| 45 | Обобщение пройденной темы. Тестирование | 1 | 26.02 |
| 46 | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов | 1 | 26.02 |
| 47 | Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. | 1 | 05.03 |
| 48 | Экскурсия в промтоварный магазин | 1 | 05.03 |
| 49 | Порядок приобретения: выбор товара, примерка одежды и обуви, оплата. | 1 | 12.03 |
| 50 | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | 1 | 12.03 |
| 51 | Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | 1 | 19.03 |
| 52 | Бюджет семьи. | 1 | 19.03 |
| 53 | Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. | 1 | 02.04 |
| 54 | Доверенность. Составление доверенности на получение зарплаты. | 1 | 02.04 |
| 55 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 09.04 |
| 56 | ЖКХ. Значение для жителей. | 1 | 09.04 |
| 57 | Квитанции за ЖКХ. Расчёт платы за коммунальные услуги. | 1 | 16.04 |
| 58 | Ремонтные мастерские. Их назначение, профессии. | 1 | 16.04 |
| 59 | Экскурсия в мастерские, котельные. | 1 | 23.04 |
| 60 | Домашняя аптечка. Термометр. | 1 | 23.04 |
| 61 | Лекарственные растения. | 1 | 30.04 |
| 62 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | 1 | 30.04 |
| 63 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. | 1 | 07.05 |
| 64 | Отвары, настои, чаи. | 1 | 07.05 |
| 65 | Кровотечение из носа. Первая медицинская помощь. | 1 | 14.05 |
| 66 | Обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, ушиб, укус насекомых. | 1 | 14.05 |
| 67 | Обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, ушиб, укус насекомых. | 1 | 21.05 |
| 68 | Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны. | 1 | 21.05 |
| 69 | Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны. | 1 | 28.05 |
| 70 | Обобщение пройденной темы. Тестирование. | 1 | 28.05 |

**Календарно-тематический план.**

**9 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | Наименование тем | Кол-во часов | Дата проведения |
|  | Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете СБО. | 1 | 03.09 |
|  | Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. | 1 | 03.09 |
|  | Вред курения, алкоголя и наркотиков. | 1 | 10.09 |
| 4 | Стиль одежды, мода. Обновление одежды. | 1 | 10.09 |
| 5 | Средства и правила выведения мелких пя­тен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях. | 1 | 17.09 |
| 6 | Выведение пятен в домашних условиях. | 1 | 17.09 |
| 7 | Стирка изделий из тюля и трикотажа. | 1 | 24.09 |
| 8 | Обобщение тем по разделу «Одежда и обувь» Тестирование. | 1 | 24.09 |
| 9 | Диетическое питание. | 1 | 01.10 |
| 10 | Рецепты приготовления диетических блюд. | 1 | 01.10 |
| 11 | Питание детей ясельного возраста. | 1 | 08.10 |
| 12 | Составление меню на день для детей ясельного возраста. | 1 | 08.10 |
| 13 | Составление меню на неделю для детей ясельного возраста. | 1 | 15.10 |
| 14 | Национальные блюда. | 1 | 15.10 |
| 15 | Приготовление национальных блюд (блины). | 1 | 22.10 |
| 16 | Приготовление национальных блюд (блины). | 1 | 22.10 |
| 17 | Составление меню и сервировка праздничного стола. | 1 | 12.11 |
| 18 | Обобщение тем по разделу «Питание». Тестирование. | 1 | 12.11 |
| 19 | Соседи. Правила общежития | 1 | 19.11 |
| 20 | Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми | 1 | 19.11 |
| 21 | Рациональная расстановка мебели в квартире. | 1 | 26.11 |
| 22 | Интерьер. | 1 | 26.11 |
| 23 | Виды уборки квартиры: ежедневная, еженедельная, сезонная. | 1 | 03.12 |
| 24 | Сохранение жилищного фонда (косметический ремонт: оклейка стен обоями, окраска дверей) | 1 | 03.12 |
| 25 | Обобщение тем по разделу «Жилище». Тестирование. | 1 | 10.12 |
| 26 | Назначение авиа­транспорта. Аэровок­зал. Маршруты. | 1 | 10.12 |
| 27 | Поря­док приобретения биле­та и их возврата. | 1 | 17.12 |
| 28 | Продуктовый рынок. Отделы рынка. Стоимость некоторых продуктов. Особенности приобретения продуктов на рынке. | 1 | 17.12 |
| 29 | Комиссионный магазин, его особенности. | 1 | 24.12 |
| 30 | Основы семейных отношений. Традиции, досуг. Организация отдыха. | 1 | 24.12 |
| 31 | Взаимоотношения в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях. | 1 | 14.01 |
| 32 | Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. | 1 | 14.01 |
| 33 | Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. | 1 | 21.01 |
| 34 | Основные статьи расходов. | 1 | 21.01 |
| 35 | Расходы на удовлетворение культурных потребностей. | 1 | 28.01 |
| 36 | Экономия в домашнем хозяйстве. | 1 | 28.01 |
| 37 | Экономия в домашнем хозяйстве. | 1 | 04.02 |
| 38 | Сбережения. Виды вкладов. | 1 | 04.02 |
| 39 | Сбережения. Виды вкладов. | 1 | 11.02 |
| 40 | Государственное страхование (обязательное, накопительное). Кредит. | 1 | 11.02 |
| 41 | Оформление кредита. | 1 | 18.02 |
| 42  43 | Обобщение по разделу «Бюджет семьи».  Тестированиепо разделу «Бюджет семьи». | 1  1 | 18.02  25.02 |
| 44 | Посылки. Правила упаковки и отправления. | 1 | 25.02 |
| 45 | Посылки. Правила упаковки и отправления. | 1 | 04.03 |
| 46 | Виды денежных переводов. Заполнение бланков. | 1 | 04.03 |
| 47 | Обобщение тем по разделу «Средства связи». Тестирование. | 1 | 11.03 |
| 48 | Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. | 1 | 11.03 |
| 49 | Уход за больным. | 1 | 18.03 |
| 50 | Уход за больным. | 1 | 18.03 |
| 51 | Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. | 1 | 01.04 |
| 52 | Предприятия бытового обслуживания. Назначение. | 1 | 01.04 |
| 53 | Виды оказываемых услуг. | 1 | 08.04 |
| 54 | Профессии работников предприятия | 1 | 08.04 |
| 55 | Обобщение тем по разделам «Медицинская помощь», «Учреждения и организации». Тестирование. | 1 | 15.04 |
| 56 | Выбор профессии. | 1 | 15.04 |
| 57 | Профессионально-жизненная перспектива. | 1 | 22.04 |
| 58 | Учреждения и отделы по трудоустройству. | 1 | 22.04 |
| 59 | Учреждения и отделы по трудоустройству. | 1 | 29.04 |
| 60 | Оформление на работу, постоянную и по договору. | 1 | 29.04 |
| 61 | Временные работы. | 1 | 06.05 |
| 62 | Временные работы. | 1 | 06.05 |
| 63 | Документы, необходи­мые для поступления на работу. | 1 | 13.05 |
| 64 | Трудовой договор. | 1 | 13.05 |
| 65 | Трудовой стаж. | 1 | 18.05 |
| 66 | Охрана труда несовершеннолетних | 1 | 18.05 |
| 67 | Охрана труда несовершеннолетних | 1 | 20.05 |
| 68 | Работа во время каникул. | 1 | 20.05 |
| 69-70 | Итоговое тестирование. Рекомендации учителя. | 2 | 27.05  27.05 |

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.**

**Личная гигиена, учащиеся должны знать:**

**7 класс:** правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических салфеток, правила ухода за кожей лица и волосами.

**9 класс:** правила личной гигиены.

**Учащиеся должны уметь:**

**7 класс:** определить тип кожи и волос, подбирать мыло и шампунь, правильно ухаживать за лицом и волосами.

**9 класс:** соблюдать правила личной гигиены, соблюдать ЗОЖ.

**Одежда и обувь, учащиеся должны знать**

**7 класс:** особенности стирки цветного и белого белья, устройство стиральной машины и правила пользования ею, санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при ремонте одежды, последовательность глажения одежды из различных тканей, назначение прачечной.

**9 класс:** размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы обновления одежды, средства выведение пятен в домашних условиях, правила стирки изделий из тюля и трикотажа.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** накладывать заплаты, стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить одежду и белье.

**9 класс:** пользоваться журналом мод, подбирать одежду и обувь, выводить пятна на одежде, стирать изделия из тюли и трикотажа.

**Питание, учащиеся должны знать**

**7 класс:** виды питания и их особенности, значение первых, вторых блюд, правила безопасности работы с электроприборами.

**9 класс:** значение диетического питания, особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** пользоваться механическими и электробытовыми приборами, приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов, составить меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

**9 класс:** составить меню диетического питания на день, приготовить 1-2 диетических блюд, составить меню на день для ребенка ясельного возраста, приготовить одно национальное блюдо, составить меню праздничного стола, выполнить сервировку праздничного стола.

**Семья, учащиеся должны знать**

**7 класс:** правила ухода за младшими детьми, различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки.

**9 класс:** основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции, о морально-этических нормах взаимоотношений в семье, обязанности, связанные с заботой о детях.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать младшим при уборке игрушек, рассказывать им сказки, петь с ними детские песни.

**9 класс:** анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку, оказывать внимание, поддержку, посильную помощь в семье, активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье, поддерживать семейные традиции, выполнять обязанности в семье.

**Культура поведения, учащиеся должны знать**

**7 класс:** правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила поведения при вручении подарков.

**9 класс:** правила поведения в обществе – правила приема гостей.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.

**9 класс:** встречать гостей, вежливо вести себя во время их приема, анализировать поступки людей и давать правильную оценку.

**Жилище, учащиеся должны знать**

**7 класс:** последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон, способы утепление окон, правила ухода за мебелью.

**9 класс:** правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, топить печку.

**9 класс:** расставлять мебель в квартире (на макете), подбирать детали интерьера.

**Транспорт, учащиеся должны знать**

**7 класс:** функции железнодорожного транспорта, тип пассажирского вагона, примерную стоимость билетов, службы ж\д вокзала.

**9 класс:** основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения билетов, правила посадки в самолет.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** ориентироваться в расписании, приобретать ж\д билеты, обращаться за справкой, ознакомиться с правилами пользования ж\д транспортом, выполнять правила безопасности во время посадки в ж\д транспорте.

**9 класс:** ориентироваться в расписании, определять маршрут, выбирать наиболее удобные транспортные средства, выполнять правила безопасности во время проезда.

**Торговля, учащиеся должны знать**

**7 класс:** назначение универсама и универмага, различия между ними, за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам.

**9 класс:** виды ярмарок, отличие ярмарки от рынка, магазина, время и место проведения ярмарок, цены ярмарочных товаров.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** найти нужные товара в отделах универсама и универмага.

**9 класс:** приобретенные умения при покупке товара в магазинах, перенести самостоятельно на ярмарку.

**Средства связи, учащиеся должны знать**

**7 класс:** перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке, максимальный вес почтовых отправлений, виды и способы упаковок, виды почтовых отправлений.

**9 класс:** виды денежных переводов, их стоимость, виды связи, стоимость услуг по каждому виду связи.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить опись, упаковать бандероль, посылку.

**9 класс:** заполнить почтовый и телеграфный перевод, подсчитать стоимость денежных переводов.

**Медицинская помощь, учащиеся должны знать**

**7 класс:** меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила обработки раны и наложение повязки, правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах.

**9 класс:** способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приемы по уходу за больным, листок нетрудоспособности.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

**8 класс:** оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему.

**9 класс:** строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания, строго выполнять правила ухода за больным, ставить горчичники.

**Учреждения, организации и предприятия, учащиеся должны знать**

**7 класс:** местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, название цехов, отделов, специальностей, виды выпускаемой продукции.

**9 класс:** местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг оно оказывает.

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**9 класс:** обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

**Экономика домашнего хозяйства, учащиеся должны знать**

**7 класс:** составные части бюджета семьи;заработную плату членов семьи.**8 класс:**основные статьи расхода в семье, правила учета расходов; размер квартплаты, тарифы на электричество, газ; порядок и периодичность оплаты жилп­лощади и коммунальных услуг; размер и порядок внесения платы за телефон; порядок планирования крупных покупок, стоимость одежды, обуви, мебели.

**9 класс:**составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений;

**Учащиеся должны уметь**

**7 класс:** подсчитывать бюджет семьи;составлять доверенность на получение заработной платы.**8 класс:**снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, заполнять квитанции; планировать крупные покупки.

**9 класс:** подсчитать бюджет семьи, подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели счетчика, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;

**Трудоустройство, учащиеся должны знать**

**9 класс:** учреждения и отделы по трудоустройству, местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие, виды документов необходимые для поступления на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию, статьи Трудового кодекса РФ.

**Учащиеся должны уметь**

**9 класс:** обращаться в отделы кадров при устройстве на работу, написать заявление, заполнить анкету, написать расписку, пользоваться ТК РФ.