

Приложение № 14
к Адаптированной образовательной
программе для обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) МОУ «Килачевская СОШ»,
утвержденной приказом МОУ «Килачевская
СОШ» от 31.08.2016 г. №66-п

**Рабочая программа
курса коррекционной подготовки
«Социально-бытовая ориентировка»
(5-9 класс)**

Планируемые результаты освоения курса коррекционной подготовки «Социально-бытовая ориентировка»

5 класс

Введение

Учащиеся должны иметь представление о предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нем.

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся должны уметь:

совершать утренний туалет;
совершать вечерний туалет в определенной последовательности;
причесывать волосы и выбирать прическу.

Одежда и обувь

Учащиеся должны знать:

виды одежды и обуви,
правила ухода за одеждой и обувью.

Учащиеся должны уметь:

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;
подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

Питание

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся должны уметь:

резать ножом продукты для бутербродов;
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

Учащиеся должны знать:

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. **Учащиеся должны уметь:**

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 незнакомыми) в различных ситуациях;

вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;

тико 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

Учащиеся должны знать:

виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;

почтовый адрес своего дома и школы-интерната. **Учащиеся должны уметь:**

писать адреса на почтовых открытках.

Транспорт

Учащиеся должны знать:

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. **Учащиеся должны уметь:**

соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу);

соблюдать правила дорожного движения.

Торговля

Учащиеся должны знать:

основные виды магазинов, их назначение;

виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;

стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака. **Учащиеся должны уметь:**

выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;

оплачивать покупку;

соблюдать правила поведения в магазине.

6 класс

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены во время, физических упражнений, походов;

правила ухода за цогами. **Учащиеся должны уметь:**

мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;

подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;

подбирать косметические средства для ухода за ногами.

Одежда

Учащиеся должны знать:

правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;

санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

Учащиеся должны уметь:

пришивать пуговицы, крючки, кнопки;

зашивать одежду по распоровшемуся 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.

Питание

Учащиеся должны знать:

способы первичной и течло^н обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей;

санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком;

правила пользования электроплитой;

определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения;

правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;

различные меню ужина. Учащиеся должны уметь:

отваривать макаронные изделия;

варить кашу на воде и молоке;

отваривать картофель и готовить пюре;

готовить запеканки из овощей и творога;

оформлять готовые блюда;

сервировать стол к ужину с учетом различных меню.

Семья

Учащиеся должны знать:

состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников;

место работы и должность родителей;

правила поведения в семье.

Культура поведения

Учащиеся должны знать:

правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;

правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

Учащиеся должны уметь:

культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;

правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

Жилище

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся 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

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся 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

Учащиеся должны знать:

основные средства связи; виды почтовых отправлений;

стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов;

виды телеграфных услуг. **Учащиеся должны уметь:**

находить по справочнику индекс предприятий связи;

записывать адреса с индексом на конвертах;

составлять различные тексты телеграмм;

заполнять телеграфные бланки.

Медицинская помощь

Учащиеся должны знать:

виды медицинской помощи;

функции основных врачей-специалистов.

Учащиеся должны уметь:

записываться на прием к врачу;

вызывать врача на дом;

приобретать лекарства в аптеке.

Учреждения, организации и предприятия

Учащиеся должны знать:

виды детских учреждений и их назначение;

адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются. ,

Учащиеся должны уметь:

правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.;

правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале;

соблюдать правила поведения в школе.

7 класс

Личная гигиена

Учащиеся должны иметь представление о

Учащиеся должны знать

правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши);

правила смены одежды и нательного и постельного белья;

санитарно-гигиенические правила пользования зубной щёткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Одежда

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся должны уметь:

ремонтировать разорванные места одежды, штопать; стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины; гладить одежду и белье. Питание

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся должны уметь:

готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов); готовить третьи блюда; оформлять готовые блюда; сервировать стол к обеду.

Семья

Учащиеся должны знать:

различные тихие и подвижные игры.

Учащиеся должны уметь:

одевать малышей на прогулку; объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; помогать первоклассникам при уборке игрушек.

Культура поведения

Учащиеся должны знать:

правила поведения при встрече и расставании; правила поведения в гостях; правила вручения и приема подарков.

Учащиеся должны уметь:

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.

Жилище

Учащиеся должны знать:

последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;

способы и периодичность ухода за окнами;

виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;

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.

Учащиеся должны уметь:

убирать жилые помещения;
чистить мебель;
мыть зеркала и стекла;
утеплять окна.

Транспорт

Учащиеся должны знать:

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.

Учащиеся должны уметь:

ориентироваться в расписании;
приобретать билеты в железнодорожной кассе;
обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную
справочную по телефону.

Торговля

Учащиеся должны знать:

ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов;
стоимость отдельных товаров.

Учащиеся должны уметь:

приобретать некоторые товары в промтоварном магазине;
подсчитывать стоимость покупок;
правильно вести себя в магазине.

Средства связи

Учащиеся должны знать:

перечень предметов, посыпаемых бандеролью;
максимальный вес и стоимость посыпаемых предметов;
виды и способы упаковки бандеролей.

Учащиеся должны уметь:

заполнять бланки на отправку бандеролей;
составлять опись посыпаемых предметов;
упаковывать бандероли.

Медицинская помощь

Учащиеся должны знать:

состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства,
термометр, горчичники);
правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней
аптечки;

местные лекарственные растения;

правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений
после микротравм;

правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой и компресс),
при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или
временной шины).

Учащиеся должны уметь:

пользоваться термометром;
готовить отвары и настои из лекарственных растений;
обрабатывать раны и накладывать повязки;

накладывать временные шины.

Учреждения, организации, предприятия

Учащиеся должны знать:

местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов;

названия цехов и отделов, имеющихся на предприятиях;

виды выпускаемой продукции;

названия рабочих специальностей.

Учащиеся должны уметь

обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

Экономика домашнего хозяйства

Учащиеся должны знать:

говорить ли знакомым и незнакомым о наличие денег в кармане или дома;

составные части бюджета семьи;

заработную плату членов семьи.

Учащиеся должны уметь:

подсчитывать бюджет семьи;

составлять доверенность на получение заработной платы.

8 класс

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

типы кожи и правила ухода за кожей лица;

виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими.

Учащиеся должны уметь:

выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года;

правильно пользоваться косметическими средствами.

Одежда

Учащиеся должны знать:

правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей;

правила и последовательность утюжки изделий;

правила пользования прачечной, виды услуг;

правила подготовки вещей к сдаче в стирку;

правила пришивания меток;

правила пользования прачечной самообслуживания.

учащиеся должны уметь:

стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;

» утюжить блузки, рубашки, платья;

заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.

Питание

Учащиеся должны знать:

способы и последовательность приготовления изделий из теста;

способы и последовательность соления и квашения овощей;

способы варки варенья из фруктов и ягод.

Учащиеся должны уметь:

готовить изделия из разных видов теста;

оформлять эти изделия;

солить овощи, варить варенье;

составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.

Семья

Учащиеся должны знать:

правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки;
правила и периодичность купания ребенка;
правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;
санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек;
правила ухода за грудным ребенком.

Учащиеся должны уметь:

купать, одевать, пеленать куклу;
кормить куклу с ложки и из соски;
содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.

Культура поведения -

Учащиеся должны знать:

правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома;
требования к внешнему виду молодых людей.

Учащиеся должны уметь:

культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;
выбирать косметические средства, украшения;
подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т. д.).

Жилище

Учащиеся должны знать:

правила и периодичность уборки кухни, санузла;
моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.

Учащиеся должны уметь:

мыть кафельные стены, чистить раковины;
пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла.

Транспорт

Учащиеся должны знать

основные автобусные маршруты;
основные маршруты водного транспорта.

Учащиеся должны уметь

пользоваться расписанием;
определять стоимость проезда; покупать билет, обращаться за справкой.

Торговля

Учащиеся должны знать

ассортимент товаров в различных специализированных магазинах;
стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.

Учащиеся должны уметь:

выбирать покупку с учетом различных условий;
подсчитывать стоимость покупок;
культурно вести себя в магазине.

Средства связи

Учащиеся должны знать:

правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном;
правила пользования телефонным справочником;
номера телефонов срочного вызова (пожарной службы, аварийных служб, милиции и т.д.);
функции и виды междугородной телефонной связи;

правила пользования автоматической телефонной связью;
тарифы на телефонные разговоры в дневное и вечернее время, выходные дни, зависимость оплаты от дальности расстояния;
порядок заказа междугородного телефонного разговора;
порядок заказа разговора в кредит.

Учащиеся должны уметь:

объяснять причину звонка по телефону срочного вызова;
получать по телефону справки, узнавать время;
культурно разговаривать по телефону.

Медицинская помощь

Учащиеся должны знать:

правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (правила обработки пораженного при ожогах участка кожи, промывания желудка при отравлении, меры, принимаемые при обмораживании разных степеней, при солнечных и тепловых ударах);
виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.

Учащиеся должны уметь:

оказывать первую помощь при ожогах, обмораживании;
оказывать первую помощь утопающему.

Учреждения и организации и предприятия

Учащиеся должны знать:

куда обращаться в случае необходимой помощи;
адрес местной префектуры;
функции отдела по учету и распределению жилплощади, отдела социального обеспечения, отдела народного образования, комиссии по делам несовершеннолетних, отдела по трудуоустройству.

Экономика домашнего хозяйства

Учащиеся должны знать

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 и др.

Учащиеся должны уметь

подсчитывать расходы;

планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи;

снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии и газа;

заполнять квитанции;

планировать крупные покупки,

9 класс

Личная гигиена

Учащиеся должны знать

о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.

Одежда и обувь

Учащиеся должны знать:

размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата;
способы обновления одежды с помощью мелких деталей;

средства для выведения пятен в домашних условиях;
общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.;
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

Учащиеся должны уметь:

подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером;
определять стиль одежды;
пользоваться журналом мод;
рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
выводить пятна различными способами и средствами.

Питание

Учащиеся должны знать:

способы приготовления национальных блюд;
правила сервировки праздничного стола;
меню ребенка ясельного возраста.

Учащиеся должны уметь:

готовить национальные блюда;
сервировать праздничный стол;
готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста;
готовить отдельные диетические блюда.

Семья

Учащиеся должны уметь

анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.

Культура поведения

Учащиеся должны знать

культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь);

правила приема гостей (поведения хозяев при встрече, расставании, во время визита).

Учащиеся должны уметь:

встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;
анализировать поступки людей и давать им правильную оценку;
соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.

Жилище

Учащиеся должны знать:

правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели);
требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;
правила сохранения жилищного фонда.

Учащиеся должны уметь:

расставлять мебель в квартире (на макете);
подбирать детали интерьера.

Транспорт

Учащиеся должны знать:

основные маршруты самолетов;
службы аэропокзала;
порядок приобретения и возврата билетов;
правила посадки в самолет.

Учащиеся должны уметь:

ориентироваться в расписании;
определять маршрут и выбирать транспортные средства.

Торговля

Учащиеся должны знать:

отделы рынка; '
цены на отдельные товары;
отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах;
правила сдачи вещей в скопку, комиссионный магазин;
правила получения денег за проданные вещи.

Учащиеся должны уметь:

выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями;
вежливо обращаться к продавцу;
подсчитывать стоимость покупок.

Средства связи

Учащиеся должны знать:

современные виды связи;
виды денежных переводов, их стоимость.

Учащиеся должны уметь:

заполнять бланки почтового и телеграфного переводов;
оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.

Медицинская помощь

Учащиеся должны уметь:

одевать, умывать, кормить больного (взрослого, ребенка);
измерять температуру;
ставить горчичники (на куклу);
перестилать постель лежачего больного.

Учреждения, организации, предприятия

Учащиеся должны знать:

местонахождение предприятий бытового обслуживания;
виды оказываемых ими услуг;
правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания;
профессии работников предприятий.

Учащиеся должны уметь

обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.

Экономика домашнего хозяйства

Учащиеся должны знать:

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. Учащиеся должны уметь:

планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности;
соблюдать правила экономии;

заполнять ордера ~~на~~ получение и внесение денег в сберкассу.

Профориентация и трудоустройство

Учащиеся должны знать:

отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии;

учреждения и отделы по трудуустройству;

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.

Учащиеся должны уметь:
соотносить выбранную профессию со своими возможностями;
заполнять анкету.
писать заявление, автобиографию;
составлять заявки на материалы, инструменты;
писать расписку, докладную записку;
обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.

2. Основное содержание предмета «Социально-бытовая ориентировка»

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.

Личная гигиена

Личная гигиена

Уход за волосами (мытье, прическа).

Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Практические работы:

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос.

Одежда и обувь

Виды одежды и головных уборов.

Уход за одеждой.

Обувь, уход за обувью.

Питание

Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека.

Место и условия приготовление 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.

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.

Прием пищи (пользоватьсяся приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

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-интернат (маршрут, виды транспорта).

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

Торговля

Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение.

Порядок приобретения товаров» продовольственных магазинах.

Экскурсии

Экскурсия в продовольственный магазин.

6 класс

Личная гигиена

Закаливание организма (зарядка, обтирание, 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

Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

ногами.

Одежда

Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося 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 упаковка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

Питание

Гигиена приготовления пищи. Храпение 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

Оформление готовых блюд.

Семья

Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.).

Личные взаимоотношения в семье. 11рава 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.

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.

4. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты

Торговля

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.

Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

Экскурсия

Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

Средства связи

1. Основные средства связи (почтa, 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

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.

Использование различных видов медицинской помощи.

Экскурсия

Экскурсия в аптеку.

Учреждения, организации и предприятия

Тематика

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

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.

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.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Культура поведения

Поведение в гостях.

Подарки.

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).

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.

Торговля

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.

Назначение магазинов.

2. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

Средства связи

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

Медицинская помощь

Домашняя аптечка. Термометр.

Лекарственные растения.

Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

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). 1|цды услуг. Прачечная самообслуживания.

Питание

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

Семья

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

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

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты.

Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов.

Стоимость проезда.

Торговля

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.).

Стоимость основных промышленных товаров.

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 точного времени.

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

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).

Первая помощь утопающему.

Глистные заболевания и меры их предупреждения.

Учреждения и организации и предприятия

Департамент, муниципалитет, префектура, милиции. Их назначение.

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.).

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.

Питание

Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола.

Питание детей ясельного возраста.

Диетическое питание,

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 подборе деталей интерьера.

Транспорт

Авиатранспорт. Аэропорт. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.

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

Средства связи

Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет.

Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков.

Стоимость отправки переводов.

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)

Учреждения, организации, предприятия

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначении (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.)

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.

Практическая работа: Упражнения в планировании бюджета семьи.

Профориентация и трудоустройство

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива.

Учреждения и отделы по трудуустройству.

Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.

Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.

Практическая работа. Составление деловых бумаг.

3. Тематическое планирование

5 класс

№	тема	количество часов
1	<u>Вводное занятие.</u>	1
2	<u>Личная гигиена</u>	1
3	Личные вещи.	1
4	Гигиена зрения.	1
5	Личная гигиена. Практическая работа.	1
6	О вреде курения, алкоголя.	1
7	<u>Культура поведения. Осанка.</u>	1
8	Формы обращения с просьбой	1
9	Правила поведения за столом.	1
10	Культура поведения. Практическая работа.	1
11	<u>Семья. Состав семьи учащегося</u>	1
12	Практическая работа. «Генеалогическое древо» ¹⁹	1
13	<u>Одежда, обувь</u> Виды одежды.	1
14	Чистка одежды, сушка.	1
15	Виды обуви. Чистка, хранение обуви.	1
16	Виды головных уборов. Тест.	1
17	<u>Жилище.</u> Виды жилых помещений.	1

18	Виды жилья. Варианты квартир.	1
19	Почтовый адрес школы, дома. Практическая работа.	1
20	<u>Транспорт.</u> Виды транспортных средств.	1
21	Поведение в транспорте.	1
22	Правила и знаки дорожного движения	1
23	<u>Торговля.</u> Виды и значения торговых предприятий.	1
24	Отделы продовольственных магазинов	1
25	Виды товара.	1
26	Срок годности продуктов питания	1
27	Торговля. Практическая работа. «Покупка в магазине».	1
28	<u>Питание.</u> Значение питания в жизни человека	1
29	Кухонные принадлежности.	1
30	Уход за посудой. Практическая работа.	1
31	Рецепт. Бутерброды.	1
32	Практическая работа «Приготовление бутербродов».	1
33	Сервировка стола к завтраку.	1
34	Итоговая контрольная работа	1

6 класс

№	тема	количество часов
1	Закаливание организма. Способы закаливания.	1
2	Уход за руками. Правила ухода за руками Практическая работа	1
3	Уход за ногами. Профилактика грибковых заболеваний	1
4	Мелкий ремонт одежды Практическая работа	1
5	Правила и приемы стирки изделий из цветных х/б, шелковых тканей.	1
6	Правила и приемы глажения изделий из х/б и шелковых тканей.	1
7	Практическая работа: Утюжка фартуков, платков, салфеток, ²⁰ косынок.	1
8	Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом	1
9	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи.	1
10	Ужин. Приготовление блюд из круп	1
11	Приготовление простейших блюд из макаронных изделий и молока. Практическая работа	1

12	Приготовление простейших блюд из картофеля. Практическая работа	1
13	Блюда из овощей	1
14	Сервировка стола к ужину	1
15	С.Р.. «Ужин»	1
16	Состав семьи учащихся	1
17	Родственные отношения. Права и обязанности членов семьи.	1
18	Правила поведения в общественных местах. Театр, музей и библиотека	1
19	Правила поведения при посещении массовых мероприятий.	1
20	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная уборка квартиры. Практическая работа	1
21	Основные правила организации рабочего места школьника.	1
22	Комнатные растения. Уход за комнатными растениями. Практическая работа	1
23	Продовольственные магазины. Специализированные продовольственные магазины	1
24	Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров	1
25	Основные средства связи, их назначение. Виды почтовых отправлений Практическая работа	1
26	Виды писем. Порядок отправления писем различных видов, стоимость пересылки.	1
27	Телеграф. Виды телеграфных услуг.	1
28	Медицинские учреждения, их назначение.	1
29	Работники медицинских учреждений	1
30	Виды медицинской помощи. Использование разных видов медицинской помощи	1
31	Экскурсия в аптеку	1
32	Дошкольные учреждения, их назначение	1
33	Школьные учреждения, их назначение	1
34	Упражнения дополнительного образования	1

7 класс

№	тема	количество часов
1	<u>Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.</u>	1
2	<u>Гигиена одежды, нательного и постельного белья.</u>	1
3	<u>Одежда и обувь</u> Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1
4	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1
5	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
6	<u>Питание</u> <u>Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи</u> Сервировка стола к обеду.	1
7	Приготовление первых и вторых блюд .	1

8	Приготовление третьих блюд.	1
9	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1
10	Паспорт. Получение паспорта	1
11	Правила поведения в гостя	1
12	Правила вручения и прием подарка.	1
13	Значение жилища для человека	1
14	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	1
15	Способы и периодичность ухода за окнами. Виды моющих средств.	1
16	Виды мебели. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	1
17	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1
18	Виды пассажирских вагонов. Типы поездов (пассажирский, скорый)	1
19	Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов.	1
20	Камеры хранения багажа.	1
21	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	1
22	Назначение магазинов.	1
23	Порядок приобретения т Стоимость некоторых товаров оваров.	1
24	Виды бандеролей (простые, заказные, ценные, с уведомлением).	1
25	Порядок их отправления. Заполнение бланка.	1
26	Упаковка. Стоимость пересылки.	1
27	Домашняя аптечка (состав). Назначение и хранение домашней аптечки.	1
28	Лекарственные растения.	1
29	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1
30	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.	1
31	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей Экскурсия .	1
32	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.	1
33	Бюджет семьи. Источники дохода. Упражнения по определению доходов семьи	1
34	Заработка плата членов семьи, пенсия.	1
	Итого	34

8 класс

№	тема	количество часов
1	Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа.	1
2	Средства и способы укрепления здоровья	1
3	Культура общения юноши и девушки	1

4	Внешний вид молодых людей. Выбор одежды, украшений, прически	1
5	Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, с ложечки; купание, одевание, пеленание, уборка постели.	1
6	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	1
7	Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей.	1
8	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1
9	Химчистка-знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.	1
10	Виды теста; дрожжевое, пресное..	1
11	Приготовление изделий из теста. Приготовление блинов.	1
12	Заготовка продуктов впрок. Варенье, соленье, консервирование, сушка	1
13	Запись рецептов.	1
14	Моющие средства, используемые при уборки кухни, сан.узла, ванны...	1
15	Моющие средства, используемые при уборки кухни, сан.узла, ванны... Уборка кухни, санузла, ванны. Практическая работа	1
16	Международный автотранспорт. Автовокзал, основные маршруты, порядок приобретения билетов.	1
17	Водный транспорт. Порт.	1
18	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожения)	1
19	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожения)	1
20	Первая помощь при несчастном случае (отравление)	1
21	Первая помощь утопающему	1
22	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1
23	Виды телефонной связи, телефон, пользование справочником, междугородняя связь.	1
24	Культура разговора по телефону. Вызов основных служб.	1
25	Междугородняя телефонная связь.	1
26	Рынки. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые	1
27	Различие рынка от магазина	1
28	Департамент, муниципалитет, полиция. Их назначение	1
29	Бюджет семьи: виды источников дохода, условия и порядок их получения.	1
30	Основные статьи расходов. практическая работа: Планирование расходов	1
31	Сбережение. Значение и способы экономии расходов.	1
32	Виды приобретения наличными и в кредит. Правила экономии	1
33	Повторение	1
	Итого	33

9 класс

№	тема	количество часов
1	Здоровые дети в здоровой семье.	1
2	Мода. Стиль одежды. Обновление одежды.	1
3	Выбор одежды и обуви. Определение размера.	1
4	Экскурсия в специализированный магазин.	1
5	Правила и способы выведение мелких пятен на одежде.	1
6	<u>Семья. Российская семья. Условия создания семьи.</u>	1
7	Основные семейные отношения. Распределение обязанностей.	1
8	Упражнение в планировании бюджета семьи. Практическая работа	1
9	Семейные традиции. Забота о детях.	1
10	<u>Культура поведения. Адекватность поведения в обществе .Правила приема гостей.</u>	1
11	Правила хорошего тона. Взаимоотношения с соседями.	1
12	<u>Жилище. Рациональная расстановка мебели в квартире.</u> Интерьер. Практическая работа	1
13	Сохранение жилищного фонда.	1
14	<u>Медицинская помощь. Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.</u>	1
15	Уход за больным. Практическая работа Применение лекарства.	1
16	Справка и лист нетрудоспособности.	1
17	<u>Транспорт. Авиатранспорт. Порядок приобретения билетов.</u>	1
18	<u>Торговля. Значение ярмарок. их виды.</u> Различие рынка и магазина.	1
19	<u>Средства связи. Виды связи. Современные виды связи.</u>	1
20	Виды денежных переводов.	1
21	<u>Учреждения организации. Предприятия бытового обслуживания населения. Виды услуг.</u>	1
22	Деятельность предприятия бытового обслуживания. Профессии работников.	1
23	<u>Трудоустройство. Отдел кадров.</u>	1
24	Биржа труда.	1
25	Постоянная работа. Работа по контракту.	1
26	Документы для поступления на работу. Заявление.	1
27	Анкета.	1
28	Расписка. Докладная.	1
29	<u>Трудоустройство. Практическая работа</u>	1
30	<u>Питание. Диетическое питание.</u>	1
31	Питание детей ясельного возраста.	1
	Итого	31