

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Оренбургской области**  
**Управление образования Администрации МО Оренбургский район**  
**МБОУ "Дедуровская СОШ"**

**X**

Г.Н. Дубских  
Директор

РАССМОТРЕНО  
на ШМО гуманитарном  
цикле

Протокол №1  
от «27» августа 2023 г.

\_\_\_\_\_ / Цыбулина И.В.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора

\_\_\_\_\_ Иванова Т.П.

Протокол №1  
от «24» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

Приказ № 239  
от «25» августа 2023 г.

**Рабочая программа общего образования**  
**обучающихся с умственной отсталостью**  
**(интеллектуальными нарушениями)**

**«Социально-бытовая ориентировка»**

**(для 5-9 класса)**

Дедуровка  
2023

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- развитие коммуникативной функции речи.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование знаний отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умений соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Обучение «Социально-бытовой ориентировки» с 5 по 9 класс носит основы теоретических знаний и практических умений. «Социально-бытовая ориентировка» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 5-9 классах осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в

окружающем мире. На первом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнению ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Социально-бытовой ориентировки» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

**Цель:** практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Данная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся с интеллектуальной недостаточностью

#### **Задачи:**

- формирование у них знаний и умений, способствующих социальной и психологической адаптации;
- повышение общего уровня развития учащихся;
- помощь учащимся в осознании того, что главная ценность жизни есть здоровье человека, за которое он отвечает сам;
- формирование у учащихся полового самосознания как основы культурного поведения;
- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения;
- помощь учащимся в осознанном выборе профессии;
- помощь учащимся в овладении нормами правильного поведения в природной среде.

### **III. Общая характеристика учебного курса**

**Формы организации и методы обучения:** разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез. Занятия должны проводиться в кабинете СБО, который приспособлен и имеет всё необходимое оборудование для реализации данной программы.

В тематическом планировании курса предусматриваются уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

#### **Технологии обучения:**

Лекция-беседа, предполагающая непосредственный контакт педагога с учащимися. Использование данного вида лекций позволит привлечь внимание учащихся к наиболее важным вопросам темы, определить содержание и темп изложения учебного материала с учетом психофизических особенностей детей, а также позволит определить степень усвоения ими предыдущего материала; лекция с разбором конкретных ситуаций, предполагающая в процессе лекции обсуждение конкретных жизненных ситуаций;

Практические занятия: дают возможность учащимся использовать теоретические знания в практической деятельности. Активное участие в практической работе ведет к систематизации и углублению знаний, к выработке умений и навыков.

Учебные сюжетно-ролевые игры – синтетическая форма организации совместной деятельности преподавателя и обучаемых учащихся. Представляет собой поликомпонентную модель, содержащую несколько принципиально важных для развития умственно-отсталого ребенка типов деятельности: проблемно-поисковую, мыслительную, коммуникативную, имитационно-ролевую (социально-моделирующую).

**Формы проверки:**

Контроль и учёт теоретических знаний учащихся по отдельным разделам осуществляется учителем путём бесед, устного и письменного опросов, тестирования, заполнение карт формирования навыков и умений.

**Оценивание результатов:**

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей учащихся, необходимо учитывать: правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;

самостоятельность ответа;

умение переносить полученные знания на практику;

степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

Выставление отметки за четверть выставляется как среднеарифметическое отметок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

Годовая отметка выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики индивидуальных учебных достижений учащихся на конец года.

#### **IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- овладение элементарными социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение начальными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

**Предметные:**

Минимальный уровень:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;

- соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- знать способы хранения и переработки продуктов питания;
- составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;
- иметь представления о морально-этических нормах поведения.

#### **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

#### **Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»** ставится если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- не может самостоятельно привести пример;
- отвечает на наводящие вопрос.

**Оценка «3»** ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится

## **V. Описание места учебного курса в учебном плане**

Федеральный базисный учебный план для специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида отводит:

- 5 класс -34 часов
- 6 класс -34 часов
- 8 класс- 34 часов
- 9 класс – 34 часов

### Содержание разделов 5 класс

№	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Вводный урок	1	
2	Личная гигиена и здоровье	4	
3	Одежда и обувь	4	1
4	Питание	12	
5	Культура поведения	3	
6	Жилище	2	1
7	Транспорт	4	
8	Торговля	4	1
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>3</b>

### Содержание разделов 6 класс

	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Личная гигиена и здоровье	4	
2	Одежда и обувь	2	
3	Питание	3	1
4	Семья	2	
5	Культура поведения	2	
6	Жилище	5	1
	Транспорт	3	

7			
8	Торговля	3	
9	Средства связи	4	
10	Медицинская помощь	3	
11	Предприятия, организации, учреждения	3	1
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>3</b>

#### Содержание разделов 8 класс

№	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Личная гигиена и здоровье	2	
2	Одежда и обувь	2	
3	Питание	6	1
4	Семья	4	1
5	Культура поведения	2	
6	Жилище	4	
7	Транспорт	2	
8	Торговля	3	
9	Средства связи	2	
10	Медицинская помощь	5	
11	Учреждения и организация	2	1

	<b>Итого:</b> Охрана здоровья	<b>34</b>	<b>3</b>
--	-------------------------------	-----------	----------

**Содержание разделов 9 класс**

	Название раздела	Количество часов	Контрольные работы, тесты
1	Личная гигиена и здоровье	2	
2	Одежда и обувь	3	
3	Питание	5	1
4	Семья	2	
5	Культура поведения	2	
6	Жилище	2	
7	Транспорт	2	
8	Торговля	2	
9	Средства связи	2	
10	Медицинская помощь	3	1
11	Учреждения и организация	2	
12	Экономика домашнего хозяйства	3	
13	Профориентация и трудоустройство	4	1
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>3</b>



**VI. Тематическое планирование с указанием видов учебной деятельности  
5 класс**

Содержание учебного курса	Основные виды учебной деятельности
<b>Раздел 1: «Вводное занятие» 1 час</b>	
Беседа о цели, содержании значении предмета социально – бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем.соблюдения правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно – гигиенических требований на занятиях.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать представление о предмете СБО</li> <li>2. Знать назначение кабинета</li> <li>3. Знать правила поведения в нем</li> </ol>
<b>Тема 2. Личная гигиена 4 часа</b>	
Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Правила бережного отношения к зрению. Уход за волосами.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать последовательность и периодичность выполнения утреннего и вечернего туалета.</li> <li>2. Знать правила охраны зрения.</li> <li>3. Уметь совершать вечерний и утренний туалет, причесывать волосы, беречь зрение.</li> </ol>
<b>Тема 3. Одежда и обувь 4 часа</b>	
Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов.</li> <li>2. Уметь подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.</li> </ol>
<b>Тема 4. Питание 12 часов</b>	
Значение питания в жизнедеятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Поведение за столом.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать назначение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.</li> <li>2. Уметь прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные</li> </ol>

	овоци. 3. Строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
<b>Тема 5. Культура поведения 3 часа</b>	
Правила поведения в общественных местах. Сюжетно-ролевые диалоги.	1. Знать правила поведения в общественных местах. 2. Уметь вежливо разговаривать с людьми.
<b>Тема 6. Жилище 2 часов</b>	
Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Гигиенические требования к жилью. Почтовый адрес дома.	1. Знать виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома, правила организации рабочего места школьника. 2. Гигиенические требования к жилью. 3. Уметь писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
<b>Тема 7. Транспорт 4 час</b>	
Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. ПДД.	1. Знать основные транспортные средства, правила передвижения на велосипеде. 2. Уметь пользоваться общественным транспортом 3. Уметь оплатить проезд.
<b>Тема 8. Торговля 4 часа</b>	
Продуктовые магазины и их отделы. Порядок приобретения товаров.	1. Знать виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов. 2. Уметь приобретать товары.

**6 класс**

Содержание учебного курса	Основные виды учебной деятельности учащихся
<b>Тема 1. Личная гигиена 4 часа</b>	

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач. Губительное влияние наркотических и токсических веществ на живой организм.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правила закаливания организма для общего состояния человека</li> <li>2. Знать способы и правила закаливания</li> <li>3. Иметь представление о губительном влиянии наркотических веществ на живой организм</li> </ol>
<b>Тема 2. Одежда и обувь 2 часа</b>	
Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь поддерживать одежду в порядке</li> <li>2. Уметь пришивать пуговицы</li> <li>3. Знать правила и приемы ручной стирки</li> <li>4. Уметь гладить фартуки, косынки</li> </ol>
<b>Тема 3 Питание 3 часов</b>	
Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи</li> <li>2. Уметь выбирать доброкачественные продукты</li> <li>3. Знать правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами</li> </ol>
<b>Тема 4 Семья 2 часов</b>	
Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Должны иметь представление о понятии «семья», о составе семьи, а также о распределении хозяйственно – бытовых обязанностей между членами семьи.</li> <li>2. Знать имена, отчества родителей близких родственников</li> <li>3. Место работы</li> <li>4. Правила поведения в семье</li> </ol>
<b>Тема 5. Культура поведения 2 часа</b>	
Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила поведения в общественных местах</li> <li>2. Правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий</li> </ol>
<b>Тема 6 Жилище 5 часов</b>	
Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать гигиенические требования к жилому помещению</li> <li>2. Уметь ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия</li> <li>3. Правила организации рабочего места школьника</li> <li>4. Правила и последовательность проведения сухой и</li> </ol>

	<p>влажной уборки</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом</li> <li>Назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире</li> <li>Ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства</li> </ol>
<b>Тема7 Транспорт 3 часов</b>	
<p>Городской транспорт. Оплата поезда на всех видах транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Знать наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы</li> <li>Иметь представление о расписании пригородных поездов</li> <li>Основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе</li> <li>Виды междугородного транспорта</li> <li>Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов)</li> <li>Порядок приобретения билетов и талонов и компостирования талонов</li> </ol>
<b>Тема 8 Торговля 3 часа</b>	
<p>Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Знать порядок приобретения товара</li> <li>Иметь представление о магазинах промышленных товаров и их отделов</li> <li>Виды и стоимость различных товаров</li> <li>Подбирать продукты к ужину с учетом различных меню</li> <li>Обращаться к продавцу, кассиру</li> </ol>
<b>Тема 9. Средства связи 4 часов</b>	
<p>Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Знать основные средства связи их назначение.</li> <li>Знать виды писем</li> <li>Уметь подписывать конверты</li> </ol>
<b>Тема 10 Медицинская помощь 3 часов</b>	
<p>Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Знать виды медицинской помощи</li> <li>Знать виды медицинских учреждений, их значение и работники</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Уметь записываться на прием к врачу</li> <li>4. Вызывать врача на дом</li> <li>5. Приобретать лекарство в аптеке</li> </ol>
<b>Тема 11 Учреждения, организации и предприятия 3 часа</b>	
Дошкольные учреждения и их назначения, работники.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать расположение дошкольных учреждений и их назначение</li> <li>2. Уметь правильно обращаться к работникам Дома детского творчества, игротеки и т. д.</li> <li>3. Правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале</li> <li>4. Соблюдать правила поведения в школе</li> </ol>

### 8 класс

Содержание учебного курса	Основные виды учебной деятельности учащихся
<b>Тема 1. Личная гигиена 2 часа</b>	
Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Средства и способы сохранения здоровья.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила ухода за кожей лица.</li> <li>2. Уметь пользоваться косметическими дезинфицирующими средствами.</li> </ol>
<b>Тема 2. Одежда 2 часов</b>	
Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Прачечная – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья.</li> <li>2. Прачечная самообслуживания, предоставляемые услуги.</li> <li>3. Уметь стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.</li> </ol>
<b>Тема 3. Питание 6 часов</b>	
Кухонные механические приспособления. Заготовка продуктов впрок: варенье, соленье, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени. Замораживание овощей. Виды теста. Приготовление изделия из теста. Запись рецептов. Упражнения в составлении меню.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.</li> <li>2. ТБ работы кухонными приспособлениями.</li> <li>3. Уметь готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.</li> </ol>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Пользоваться кухонными приспособлениями.</li> <li>5. Составлять меню.</li> </ol>
<b>Тема 4. Семья 4 часов</b>	
<p>Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, с ложечки; купание, одевание, пеленание, уборка постели. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.</p> <p>Упражнения в купании, пеленании и одевании куклы.</p> <p>Бюджет семьи. Виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.</li> <li>2. Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.</li> <li>3. Уметь купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.</li> <li>4. Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.</li> </ol>
<b>Тема 5. Культура поведения 2 часа</b>	
<p>Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. Значение тона разговора.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду</li> <li>2. Уметь культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.</li> </ol>
<b>Тема 6. Жилище 4 часа</b>	
<p>Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки.</li> <li>2. Уметь мыть кафельные стены, чистить раковины.</li> </ol>
<b>Тема 7. Транспорт 2 часа</b>	
<p>Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, маршруты, расписание, порядок приобретение билета и его стоимость до разных пунктов. Пристань. Порт. Основные службы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.</li> <li>2. Уметь покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.</li> </ol>
<b>Тема 8. Торговля 3 часов</b>	
<p>Специализированные магазины. Виды товара, отделы. Правила поведения в магазине.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать специализированные магазины. Виды товара, отделы.</li> <li>2. Уметь обращаться с вопросом к продавцу, вежливо разговаривать.</li> </ol>
<b>Тема 9. Средства связи 2 часа</b>	
<p>Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать виды телефонной связи, правила пользования,</li> </ol>

телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Получение справок по телефону.	периодичность оплаты. 2. Уметь получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
<b>Тема 10. Медицинская помощь 5 часов</b>	
Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев. Профилактика глистных заболеваний. Помощь при укусах животных. Тепловой и солнечный удары.	1. Знать меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи. 2. Уметь кратко объяснять причину звонка по телефону. 3. Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, солнечном ударе, утопающему.
<b>Тема 11. Учреждения и организации 2 часа</b>	
Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.	1. Знать департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение. 2. Уметь обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры.

### 9 класс

Содержание учебного курса	Основные виды учебной деятельности учащихся
<b>Тема 1. Личная гигиена 2 часа</b>	
Вред курения для курящих и окружающих о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки. Необходимость поддержания физического здоровья; современные спортивные увлечения: фитнес, шейпинг, ритмической гимнастики и т.п.	1. Знать о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека 2. Знать о здоровом поддержании физического здоровья
<b>Тема 2. Одежда и обувь 3 часа</b>	
Стиль одежды и моды. Средства выражения индивидуальности. Размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носков, правила возврата. Воздействие средств для выведения пятен на различные виды тканей. Общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следа от горячего утюга и др.; санитарно – гигиенические требования и правила	1. Знать способы обновления одежды с помощью мелких деталей 2. Уметь определять стиль одежды; пользоваться журналом мод 3. Уметь подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером

техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Уметь рационально выбирать товары, учитывая их значение и собственные возможности</li> <li>5. Уметь выводить пятна различными способами и средствами</li> </ol>
<b>Тема 3 Питание 5 часов</b>	
Способы приготовления национальных блюд. Составлять меню праздничного стола. Правила сервировки праздничного стола. Меню ребенка ясельного возраста. Диетическое питание.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь готовить национальные блюда</li> <li>2. Уметь составлять меню праздничного стола</li> <li>3. Уметь сервировать праздничный стол</li> <li>4. Уметь готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста</li> <li>5. Уметь готовить отдельные диетические блюда</li> </ol>
<b>Тема 4 Семья 2 часов</b>	
Основы семейных отношений; морально –этические нормы взаимоотношений в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях, распределение хозяйственно – бытовых обязанностей между членами семьи. Основы семейных традиций, организация досуга и отдыха в семье. Порядок и условия заключения и расторжения брака.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку</li> <li>2. Знать правила заключения и расторжения брака</li> </ol>
<b>Тема 5. Культура поведения 2 часа</b>	
Культура поведения, норма морали и этики в современном обществе. Нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и площадке. Приветствие, самоуважение, взаимопомощь. Правила приема гостей. Поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь соблюдать морально - этические нормы в обществе</li> <li>2. Уметь анализировать поступки людей и давать им правильную оценку</li> <li>3. Уметь встречать гостей. Вежливо вести себя во время приема гостей</li> </ol>
<b>Тема 6 Жилище 2 часов</b>	
Правила расстановки мебели в квартире с учетом размера и особенности площади. Назначение комнат, наличие мебели. Требования к подбору занавесей. Светильников и других деталей интерьера. Правила сохранения жилищного фонда.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь расставлять мебель в квартире (на макете)</li> <li>2. Уметь подбирать детали интерьера</li> <li>3. Знать Правила сохранения жилищного фонда</li> </ol>
<b>Тема 7 Транспорт 2 часов</b>	
Назначение авиатранспорта. Основные маршруты самолетов. Службы аэровокзала. Порядок приобретения и возврата билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Правила посадки в самолет.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь ориентироваться в расписании.</li> <li>2. Определять маршрут и выбирать транспортные средства.</li> </ol>



<b>Тема 8 Торговля 2 часа</b>	
Назначение рынка отличие от магазина. Отделы рынка, цены на отдельные товары. Отличия цен на рынке, ярмарке и в магазинах. Назначение комиссионного магазина, уцененной торговли. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи. Назначение ярмарки. Отличия цен на рынке, ярмарке и в магазинах.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями</li> <li>2. Вежливо обращаться к продавцу</li> <li>3. Подсчитывать стоимость покупок</li> </ol>
<b>Тема 9. Средства связи 2 часов</b>	
Современные виды связи. Виды денежных переводов, Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь пользоваться всеми видами связи</li> <li>2. Уметь заполнять бланки почтового и телеграфного переводов</li> <li>3. Уметь оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг</li> </ol>
<b>Тема 10 Медицинская помощь 3 часов</b>	
Кишечные инфекционные заболевания, воздушно – капельные инфекции, пути распространения инфекции. Правила ухода за больными. Условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знать меры по предупреждению инфекционных заболеваний</li> <li>2. Уметь одевать, умыть, кормить больного (взрослого, ребенка); измерять температуру; ставить горчичники; перестилать постель лежачего больного</li> <li>3. Знать условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным)</li> </ol>
<b>Тема 11 Учреждения, организации и предприятия 2 часа</b>	
Назначение предприятий бытового обслуживания. Местонахождение предприятий бытового обслуживания; виды оказываемых ими услуг; правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания; профессии работников предприятий.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания</li> </ol>
<b>Тема 12 Экономика домашнего хозяйства 7 часов</b>	
Расходы на удовлетворения культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды). Значение и характер культурных потребностей. Подсчет расходов на удовлетворение культурных потребностей. Значение экономии в домашнем хозяйстве. Правила экономии. Упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства. Виды и цели сбережений.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности</li> <li>2. Уметь соблюдать правила экономии</li> <li>3. Уметь хранить деньги в сберегательной кассе</li> <li>4. Уметь заполнять ордена на получение и внесение денег в сберкасса</li> </ol>

Значение кредита, страхования.	
<b>Тема 13 Профориентация и трудоустройство 4 часов</b>	
<p>Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Отвечают ли личные данные требованиям выбранной профессии. Учреждения и отделы по трудоустройству. Местонахождение и название предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе. Виды документов, необходимых для поступления на работу. Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уметь соотносить выбранную профессию со своими возможностями</li> <li>2. Уметь обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу</li> <li>3. Знать перечень документов, необходимых для поступления на работу</li> <li>4. Уметь оформлять документы необходимые для поступления на работу</li> <li>5. Уметь заполнять анкету; писать заявление, автобиографию</li> <li>6. \ Составлять заявки на материалы, инструменты</li> <li>7. Писать расписку, докладную записку</li> </ol>

#### **VI. Критерии оценивания.**

Оценка «5» при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

Отметка «4» при выполнении от 60 до 90% заданий – ответ полный, правильный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

Отметка «3» если верно выполнено от 40 до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

Отметка «2» – ответ неправильный, основное содержание не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

#### **VIII. Материально-техническое оснащение**

Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество	Примечание

1. Рабочий стол	1	
2. Электроплита	1	
3. Холодильник	1	
4. Стол учителя	1	
5. Образцы средств по уходу за волосами, кожей рук, лица, косметики и др.	Пополняются	
6. Приспособления и инструменты для ремонта одежды:	Пополняются	
7. Иллюстрации - образцы взрослой и детской одежды из различных видов тканей с учетом сезона года и условий использования	Пополняются	
8. Кухонное оборудование: посудакастрюли (эмалированные, алюминиевые)	1	
- сковороды большие, малые (чугунные, алюминиевые, с тефлоновым покрытием)	1	
- дуршлаг	1	
- сито малое	1	
- подносы	1	
- чайники (эмалированный, электрический, заварочный)	1	
- салатницы	1	
- столовые приборы (вилки, ножи, ложки)	1	
- тарелки глубокие, мелкие, закусочные	1	
- сервизы (чайный, столовый)	1	
- терки механические	1	
- доски разделочные	1	
- наборы кухонных ножей	1	
- ложки разливочные	1	
- лопаточки для блинов	1	
9. Карты России, области, города	1	
10. Иллюстрации с изображением наземного, воздушного, водного транспорта	Пополняются	
11. Правила пользования общественным транспортом		
12. Правила дорожного движения		
13. Карточки со словами - терминами, понятиями по теме.		

### IX. Календарно-тематическое планирование 5 класса

№ п/ п	Раздел, тема урока	Вс его ча	Минимум содержания	Основные виды деятельности	Практическа я часть урока	Дата		прим ечан ие
						П	Ф	

		<b>с в</b>						
	<b>Раздел: «Вводное занятие»</b>	<b>1</b>						
1	Введение	1	Беседа о цели, содержании значения предмета социально – бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. соблюдения правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно – гигиенических требований на занятиях	<b>Знать:</b> представление о предмете СБО, назначение кабинета и правила поведения в нем				
	<b>Раздел: «Личная гигиена»</b>	<b>4</b>						
2	Личная гигиена	1	Соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья	<b>Знать:</b> последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов, правила освещения помещения <b>Уметь:</b> совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет				
3	Уход за волосами	1	Мытье, прическа	<b>Знать:</b> периодичность мытья головы <b>Уметь:</b> причесывать волосы и выбирать прическу.				

4	Гигиена зрения и слуха	1	Охрана зрения при чтении и просмотре телевизионных передач. Чистка ушей.	<b>Знать:</b> правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач				
5	<b>Практическая работа №1</b> «Выполнение утреннего туалета»	1	Мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос	<b>Знать:</b> последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, правила чистки зубов <b>Уметь:</b> совершать утренний туалет, причесывать волосы и выбирать прическу.	<b>Практическая работа №1</b> «Выполнение утреннего туалета»			
<b>Раздел: «Одежда и обувь»</b>		<b>4</b>						
6	Виды одежды и головных уборов	1	Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону. Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения.	<b>Знать:</b> виды одежды и обуви <b>Уметь:</b> подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, различать одежду и обувь в зависимости от их назначения.				
7	Уход за одеждой	1	Содержание одежды в чистоте. Сохранение внешнего вида.	<b>Знать:</b> правила ухода за одеждой <b>Уметь:</b> сушить мокрую одежду, чистить одежду, сезонное хранение.				
8	Уход за обувью	1	Сохранение обуви в чистоте. Сохранение внешнего вида обуви.	<b>Знать:</b> правила ухода за обувью <b>Уметь:</b> подбирать крем и чистить кожаную обувь, сушить мокрую обувь, сезонное хранение.				
9	<b>Практическая работа №2</b> «Чистка и сушка одежды и обуви»	1	Чистка и сушка повседневной, верхней	<b>Знать:</b> правила ухода за одеждой и обувью	<b>Практическая работа №2</b>			

			одежды и обуви.	<b>Уметь:</b> сушить, чистить одежду и обувь	«Чистка и сушка одежды и обуви»			
	<b>Раздел: «Питание»</b>	<b>12</b>						
10	Продукты питания	1	Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека	<b>Знать:</b> значение продуктов питания для здоровья человека, о витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.				
11	Место и условия приготовления пищи	1	Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой.	<b>Знать:</b> назначение кухонных принадлежностей и посуды. Правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником. Санитарно – гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой				
12	Приготовление завтрака	1	Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды	<b>Знать:</b> виды бутербродов, санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления				
13	<b>Практическая работа №3</b> «Приготовление бутербродов»	1	Приготовление бутербродов	<b>Уметь:</b> резать ножом продукты для бутербродов	<b>Практическая работа №3</b> «Приготовление бутербродов»			
14	Яйца отварные, яичница и омлет	1	Приготовление отварных яиц, яичницы и омлета	<b>Знать:</b> санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления				
15	<b>Практическая работа №4</b> «Приготовление яичницы»	1	Выполнение практической работы	пищи, правила	<b>Практическая работа №4</b>			

				пользования плитой <b>Уметь:</b> отваривать яйца, жарить яичницу и омлет	«Приготовлен ие яичницы»			
16	Приготовление салата, винегрета	1	Процесс приготовления салата, винегрета	<b>Знать:</b> санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления пищи <b>Уметь:</b> нарезать вареные овощи кубиками и соломкой				
17	<b>Практическая работа №5</b> «Приготовление винегрета»	1	Выполнение практической работы		<b>Практическа я работа №5</b> «Приготовлен ие винегрета»			
18	Заваривание чая	1	Правила заваривания чая	<b>Знать:</b> санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления пищи, правила заваривания чая, пользование электрическим чайником				
19	<b>Практическая работа №6</b> «Заваривание чая»	1	Выполнение практической работы		<b>Практическа я работа №6</b> «Заваривание чая»			
20	Сервировка стола к завтраку	1	Правила сервировки стола к завтраку	<b>Знать:</b> правила сервировки стола к завтраку				
21	<b>Практическая работа №7</b> «Сервировка стола»	1	Выполнение практической работы		<b>Практическа я работа №7</b> «Сервировка стола»			
	<b>Раздел: «Культура поведения»</b>	<b>3</b>						
22	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя	1	Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя	<b>Уметь:</b> следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой и жестикуляцией				
23	Формы обращения и разговор со старшими и сверстниками	1	Правила поведения при встрече и расставании, форма обращения с просьбой, вопросом	<b>Уметь:</b> правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми				

				в различных ситуациях, вежливо обращаться с просьбой, вопросом, тактично и вежливо вести себя во время разговора				
24	Правила поведения за столом	1	Пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу	<b>Уметь:</b> правильно вести себя за столом во время приема пищи				
	<b>Раздел: «Жилище»</b>	<b>2</b>						
25	Жилые помещения	1	Виды жилых помещений в городе и деревне. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления.	<b>Знать:</b> виды жилых помещений в городе и деревне и их различие				
26	<b>Практическая работа №8</b> «Почтовый адрес дома»	1	Заполнение почтового адреса на открытке	<b>Знать:</b> почтовый адрес своего дома	<b>Практическая работа №8</b> «Почтовый адрес дома»			
	<b>Раздел: «Транспорт»</b>	<b>4</b>						
27	Наземный городской транспорт	1	Виды наземного городского транспорта	<b>Знать:</b> различать виды транспорта, правила передвижения на велосипеде				
28	Правила поведения	1	Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения	<b>Уметь:</b> соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Соблюдать правила дорожного движения				
29	<b>Практическая работа №9</b> «Изготовление знаков»	1	Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому	<b>Уметь:</b> соблюдать правила дорожного движения	<b>Практическая работа №9</b> «Изготовление знаков»			



30	Экскурсия в транспорте	1	Коллективная поездка в транспорте	<b>Уметь:</b> соблюдать правила поведения в общественном транспорте.				
	<b>Раздел: «Торговля»</b>	<b>4</b>						
31	Магазины.	1	Продовольственные магазины и магазины промышленных товаров, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины и их назначение.	<b>Знать:</b> основные виды магазинов, их значение. Правила поведения в магазине.				
32	Приобретение товаров	1	Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах	<b>Знать:</b> виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них, стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака <b>Уметь:</b> выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку				
33	Экскурсия в продовольственный магазин	1	Экскурсия в продовольственный магазин	<b>Знать:</b> правила покупки товаров <b>Уметь:</b> соблюдать правила поведения в магазине				
34	Промежуточная аттестация	1						

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Социально – бытовая ориентировка 6 класс».**

№	Раздел, тема урока	Кол -во часо в	Минимум содержания	Практическая часть урока	Дата		примеча ние
					план	факт	
	<b>Раздел «Личная гигиена»</b>	<b>4</b>					
1	Закаливание организма	1	зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения				
2	Гигиена зрения <b>Практическая работа №1</b> «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»	1	Уход за ногтями и кожей рук	<b>Практическая работа №1</b> «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»			
3	Гигиена письма и чтения	1	Правила чтения				
4	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ	1	борьба с грибковыми заболеваниями				
	<b>Раздел «Одежда»</b>	<b>2</b>					
5	Значение опрятного вида человека. Утюжка фартуков, косынок, салфеток	1	Пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва.				
6	<b>Практическая работа №2</b> «Пришивание пуговиц» Утюжка	1		<b>Практическая работа №2</b> «Пришивание пуговиц, петель, крючков. Утюжка»			
	<b>Раздел «Питание»</b>	<b>3</b>					
7	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов. Замораживание, размораживание	1	Способы хранения продуктов и готовой пищи Правила хранения				
8	<b>Практическая работа №5</b> «Варка макарон»	1	Выполнение практической работы	<b>Практическая работа №5</b> «Варка макарон»			
9	Молочные продукты и блюда из	1	Разновидности каш Технология	<b>Практическая</b>			

	них <b>Практическая работа №7</b> «Приготовление каши на воде и молоке»		приготовления каши на молоке	<b>работа №7</b> «Приготовление каши на воде и молоке»			
	<b>Раздел «Семья»</b>	<b>2</b>					
10	Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.	1	Понятие «семья» Состав семьи Родственные отношения				
11	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи	1	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей в семье				
	<b>Раздел «Культура поведения»</b>	<b>2</b>					
12	Поведение в общественных местах	1	Культурно-просветительские учреждения, правила поведения и меры предосторожности				
13	Поведение при посещении массовых мероприятий	1					
	<b>Раздел «Жилище»</b>	<b>5</b>					
14	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1	Гигиенические требования к жилому помещению,				
15	Повседневная уборка квартиры <b>Практическая работа №9</b> «Сухая и влажная уборка помещения»	1	санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом,	<b>Практическая работа №9</b> «Сухая и влажная уборка помещения»			
16	Пылесос и работа с ним <b>Практическая работа №10</b> «Пользование пылесосом и уход за ним»	1		<b>Практическая работа №10</b> «Пользование пылесосом и уход за ним»			
17	Комнатные растения	1	назначение комнатных растений				
18	<b>Практическая работа №11</b> «Уход за комнатными растениями: полив,	1	Выполнение практической работы	<b>Практическая работа №11</b> «Уход за			

	опрыскивание, пересадка»			комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка»			
	<b>Раздел «Транспорт»</b>	<b>3</b>					
19	Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом.	1	Основные транспортные средства, имеющиеся в селе, стоимость проезда на всех видах городского транспорта				
20	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны..	1	виды международного транспорта;; порядок приобретения билетов и талонов				
21	Разовые и сезонные билеты. Экскурсия на вокзал	1					
	<b>Раздел «Торговля»</b>	<b>3</b>					
22	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.	1	Основные виды продовольственных магазинов, их отделы; виды и стоимость различных товаров				
23	Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.	1					
24	Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.	1					
	<b>Раздел «Средства связи»</b>	<b>4</b>					
25	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон) Виды почтовых отправлений	1	Назначение основных средств связи; порядок отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм				
26	Виды писем. порядок отправки писем различных видов.	1					
27	Стоимость пересылки <b>Практическая работа №13 « Написание адреса и индекса на конвертах.»</b>	1			<b>Практическая работа №13 « Написание адреса и индекса на конвертах.»</b>		

28	Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков.	1					
<b>Раздел «Медицинская помощь»</b>		<b>3</b>					
29	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение.	1	Назначение поликлиники; порядок записи к врачу Обслуживания на дому от амбулаторного приема.				
30	Работники медицинских учреждений. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, госпитализация.	1					
31	Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи. Экскурсия в аптеку	1	приобретения лекарств, порядок вызова врача на дом				
<b>Раздел «Учреждения, организации и предприятия»</b>		<b>3</b>					
32	Дошкольные учреждения Школьные учреждения	1	Детские учреждения, виды услуг оказываемые этим учреждением Адрес местного дома детского творчества: кружки и секции в нем.				
33	Экскурсия в дом детского творчества	1					
34	Промежуточная аттестация в форме тестирования	1					

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Социально – бытовая ориентировка 8 класс».**

№ п/п	Раздел, тема урока	Всего часов	Минимум содержания	Основные виды деятельности	Практическая часть урока	Дата		примечание
						П	Ф	

		<b>в</b>						
	<b>Раздел: «Личная гигиена»</b>	<b>2</b>						
1	Уход за кожей лица.	1	Типы кожи и правила ухода за кожей	<b>Знать:</b> типы кожи и правила ухода за кожей				
2	Косметические средства	1	Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).	<b>Знать:</b> виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими. <b>Уметь:</b> выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года,				
	<b>Раздел: «Одежда»</b>	<b>2</b>						
3	Стирка изделий <b>Практическая работа №2</b> Стирка изделий	1	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей	<b>Знать:</b> правила сушки и стирки изделий из шерстяных и синтетических тканей <b>Уметь:</b> стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей	<b>Практическая работа №2</b> Стирка изделий			
4	Утюжка <b>Практическая работа №3</b> Утюжка изделий	1	Утюжка блузок, рубашек, платьев	<b>Знать:</b> правила и последовательность утюжки изделий <b>Уметь:</b> утюжить блузки, рубашки, платья	<b>Практическая работа №3</b> Утюжка изделий			

	<b>Раздел: «Питание»</b>	<b>6</b>						
5	Приготовление из теста <b>Практическая работа №5</b> Приготовление блинов	1	Разнообразие изделий из теста, приготовленных в домашних условиях	<b>Знать:</b> способы и последовательность приготовления изделий из теста <b>Уметь:</b> готовить изделия из разных видов теста; оформлять эти изделия	<b>Практическая работа №5</b> Приготовление блинов			
6	<b>Практическая работа №6</b> Приготовление печенья Приготовление рулета	1	Выполнение практической работы	<b>Знать:</b> способ и последовательность приготовления печенья <b>Уметь:</b> готовить печенье	<b>Практическая работа №6</b> Приготовление печенья, рулета			
7	Квашение. Соление <b>Практическая работа №8</b> Соление овощей	1	Способы заготовки овощей	<b>Знать:</b> способ и последовательность квашения овощей <b>Уметь:</b> квасить овощи	<b>Практическая работа №8</b> Соление овощей			
8	Варка варенья из фруктов <b>Практическая работа №9</b> Варка варенья из фруктов	1	Варка варенья из фруктов	<b>Знать:</b> способы варки варенья из фруктов <b>Уметь:</b> варить варенье	<b>Практическая работа №9</b>			
9	Составление меню на день <b>Практическая работа №11</b> Составление меню на день	1	Составления меню завтрака, обеда, ужина на день	<b>Уметь:</b> составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания	<b>Практическая работа №11</b> Составление меню на день			
10	<b>Практическая работа №12</b> Составление меню на неделю	1	Упражнения в составлении меню		<b>Практическая работа №12</b> Составление меню на неделю			
	<b>Раздел: «Семья»</b>	<b>4</b>						

11	Уход за грудным ребенком	1	Кормление из соски и с ложки, купание и одевание, пеленание, уборка постели	<b>Знать:</b> правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки, купания ребенка, одевания и пеленания грудного ребенка; санитарно – гигиенические требования к содержанию детской постели <b>Уметь:</b> купать, одевать, пеленать куклу; кормить куклу с ложки и из соски; содержать в порядке детскую постель				
12	<b>Практическая работа №13</b> Упражнения в уходе за грудным ребенком	1	Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы.		<b>Практическая работа №13</b> Упражнения в уходе за грудным ребенком			
13	Содержание посуды и игрушек	1	Правила содержания детской посуды, игрушек	<b>Знать:</b> санитарно – гигиенические требования к содержанию детской посуды, игрушек <b>Уметь:</b> содержать в порядке детскую посуду, игрушки				
14	<b>Практическая работа №14</b> Мытье посуды, игрушек	1	Упражнения в мытье детской посуды и игрушек		<b>Практическая работа №14</b> Мытье посуды, игрушек			
	<b>Раздел: «Культура поведения»</b>	<b>2</b>						
15	Культура общения	1	Культура общения юноши и девушки	<b>Знать:</b> правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома <b>Уметь:</b> культурно и				



				вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома				
16	Внешний вид	1	Внешний вид молодых людей	<b>Знать:</b> требования к внешнему виду молодых людей <b>Уметь:</b> выбирать косметические средства, украшения. Подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия				
	<b>Раздел: «Жилище»</b>	<b>4</b>						
17	Уборка кухни, санузла	1	Уборка кухни, санузла	<b>Знать:</b> правила и периодичность уборки кухни, санузла; санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла				
18	Уход за ванной, унитазом, раковинами	1	Уход за ванной, унитазом, раковинами	<b>Знать:</b> санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности				
19	Моющие средства	1	Моющие средства,	<b>Знать:</b> моющие				

			используемые при уборке кухни и санузла	средства, используемые при уборке кухни, санузла; санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла <b>Уметь:</b> пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла				
20	<b>Практическая работа №15</b> Мытье стен Чистка раковин	1	Мытье кафельных стен	<b>Уметь:</b> мыть кафельные стены	<b>Практическая работа №15</b> Мытье стен Чистка раковин			
	<b>Раздел: «Транспорт»</b>	<b>2</b>						
21	Междугородный автотранспорт	1	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	<b>Знать:</b> основные автобусные маршруты <b>Уметь:</b> пользоваться расписанием; определять стоимость проезда; покупать билет; обращаться за справкой				
22	Водный транспорт Экскурсия на станцию	1	Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок	<b>Знать:</b> основные маршруты водного транспорта				

			приобретения билетов. Стоимость проезда.	<b>Уметь:</b> пользоваться расписанием; определять стоимость проезда; покупать билет; обращаться за справкой				
	<b>Раздел: «Торговля»</b>	<b>3</b>						
23	Специализированные магазины. Стоимость товаров	1	Назначение специализированных магазинов.	<b>Знать:</b> ассортимент товаров в различных специализированных магазинах				
24	<b>Практическая работа №17</b> Подсчет стоимости покупок	1	Упражнения в подсчете стоимости покупок	<b>Уметь:</b> подсчитывать стоимость покупок	<b>Практическая работа №17</b> Подсчет стоимости покупок			
25	Экскурсия в магазин	1	Экскурсия в специализированный магазин	<b>Уметь:</b> культурно вести себя в магазине				
	<b>Раздел: «Средства связи»</b>	<b>2</b>						
26	Телефон	1	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	<b>Знать:</b> правила пользования городским телефоном – автоматом и домашним телефоном; правила пользования телефонным справочником; <b>Уметь:</b> объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; получать по телефону справки,				

				узнавать время;				
27	Междугородная телефонная связь. Экскурсия на телеграф	1	Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры	<b>Знать:</b> функции и виды междугородной телефонной связи; правила пользования автоматической телефонной связью; порядок заказа разговора в кредит <b>Уметь:</b> объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; получать по телефону справки, узнавать время;				
	<b>Раздел: «Медицинская помощь»</b>	<b>5</b>						
28	Первая помощь при ожогах, обмороживании <b>Практическая работа №18</b> Упражнения в оказании первой помощи	1	Первая помощь при ожогах, обморожении	<b>Знать:</b> правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях <b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании	<b>Практическая работа №18</b> Упражнения в оказании первой помощи			
29	Первая помощь при отравлении, тепловом и солнечном ударах	1	Первая помощь при отравлении, тепловом и солнечном ударах	<b>Знать:</b> правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях <b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при отравлении, тепловом и солнечном ударах				
30	Первая помощь утопающему	1	Первая помощь утопающему	<b>Уметь:</b> оказывать				

31	<b>Практическая работа №19</b> Упражнения в оказании первой помощи утопающему	1	Упражнения в оказании первой помощи утопающему	первую помощь утопающему	<b>Практическая работа №19</b> Упражнения в оказании первой помощи утопающему			
32	Глистные заболевания Экскурсия в поликлинику	1	Глистные заболевания и их предупреждение	<b>Знать:</b> виды глистных заболеваний и меры их предупреждения				
	<b>Раздел: «Учреждения, организации и предприятия»</b>	<b>2</b>						
33	Департамент, муниципалитет Префектура, милиция Экскурсия в муниципалитет	1	Назначение департамента, муниципалитета, префектуры, милиции	<b>Знать:</b> куда обращаться за помощью в случае необходимости;				
34	Промежуточная аттестация	1		адрес местной префектуры; функции отдела по учету и распределению по трудоустройств				

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Социально – бытовая ориентировка 9 класс».**

№ п/п	Раздел, тема урока	Всего часов	Минимум содержания	Практическая часть урока	Дата		примечание
					П	Ф	
	<b>Раздел: «Личная гигиена»</b>	<b>2</b>					
1	Здоровый образ жизни. Вред	1	Вред курения для курящих и окружающих				

	курения, алкоголя и наркотиков.		о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки				
2	Здоровый образ жизни. Значение физических упражнений.	1	Необходимость поддержания физического здоровья; современные спортивные увлечения: фитнес, шейпинг, ритмической гимнастики и т.п.				
<b>Раздел: «Одежда и обувь»</b>		<b>3</b>					
3	Стиль одежды, мода, обновление одежды.	1	Стиль одежды и моды				
4	Внешний вид молодого человека	1	Средства выражения индивидуальности				
5	Выбор одежды и обуви при покупке	1	Размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носков, правила возврата				
<b>Раздел: «Питание»</b>		<b>5</b>					
6	Приготовление национальных блюд <b>Практическая работа №3</b> Приготовление национальных блюд	1	Способы приготовления национальных блюд	<b>Практическая работа №3</b> Приготовление национальных блюд			
7	Меню праздничного стола <b>Практическая работа № 4</b> Составление меню праздничного стола	1	Составлять меню праздничного стола	<b>Практическая работа № 4</b> Составление меню праздничного стола			
8	Сервировка праздничного стола	1	Правила сервировки праздничного стола				
9	Питание детей ясельного возраста	1	Меню ребенка ясельного возраста				
10	<b>Практическая работа №5</b> Приготовление блюд для детей ясельного возраста	1	Меню ребенка ясельного возраста	<b>Практическая работа №5</b> Приготовление блюд для детей ясельного возраста			

	<b>Раздел: «Семья»</b>	<b>2</b>				
11	Основы семейного очага Основы семейных традиций.	1	Основы семейных отношений; морально – этические нормы взаимоотношений в семье, обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях, распределение хозяйственно – бытовых обязанностей между членами семьи			
12	Закон Российской Федерации о браке и семье	1	Порядок и условия заключения и расторжения брака			
	<b>Раздел: «Культура поведения»</b>	<b>2</b>				
13	Традиции культуры поведения Соседи	1	Культура поведения, норма морали и этики в современном обществе. Нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и площадке. Приветствие, самоуважение, взаимопомощь.			
14	Прием гостей	1	Правила приема гостей. Поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита			
	<b>Раздел: «Жилище»</b>	<b>2</b>				
15	Расстановка мебели в квартире. Интерьер <b>Практическая работа №7</b> Рациональная расстановка мебели	1	Правила расстановки мебели в квартире с учетом размера и особенности площади. Назначение комнат, наличие мебели	<b>Практическая работа №7</b> Рациональная расстановка мебели.		
16	<b>Практическая работа №8</b> Подборка деталей интерьера Сохранение жилищного фонда	1	Требования к подбору занавесей. Светильников и других деталей интерьера	<b>Практическая работа №8</b> Подборка деталей интерьера		
	<b>Раздел: «Транспорт»</b>	<b>2</b>				
17	Авиатранспорт. Аэровокзалы. Маршруты.	1	Назначение авиатранспорта. Основные маршруты самолетов. Службы аэровокзала. Порядок приобретения и возврата билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.			
18	Порядок приобретения	1	Правила посадки в самолет			

	билетов. Экскурсия в аэропорт или в кассу Аэрофлота		Назначение авиатранспорта. Основные маршруты самолетов. Службы аэровокзала. Порядок приобретения и возврата билетов. Правила посадки в самолет				
	<b>Раздел: «Торговля»</b>	<b>2</b>					
19	Рынок. Комиссионные магазины	1	Назначение рынка отличие от магазина. Отделы рынка, цены на отдельные товары. Отличия цен на рынке, ярмарке и в магазинах				
20	Ярмарки. Экскурсия на рынок или ярмарку	1	Назначение ярмарки. Отличия цен на рынке, ярмарке и в магазинах				
	<b>Раздел: «Средства связи»</b>	<b>2</b>					
21	Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет	1	Современные виды связи				
22	Денежные переводы. <b>Практическая работа №9</b> Заполнение бланков денежных переводов	1	Виды денежных переводов, Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов	<b>Практическая работа №9</b> Заполнение бланков денежных переводов			
	<b>Раздел: «Медицинская помощь»</b>	<b>3</b>					
23	Инфекционные заболевания Уход за больными	1	Кишечные инфекционные заболевания, воздушно – капельные инфекции, пути распространения инфекции. Правила ухода за больными				
24	Листок нетрудоспособности	1	Условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным)				
25	<b>Практическая работа № 12</b> Чтение назначений врача в рецепте.	1	Выполнить практическую работу	<b>Практическая работа № 12</b> Чтение назначений врача в рецепте.			
	<b>Раздел: «Учреждения,</b>	<b>2</b>					



	<b>организации, предприятия»</b>						
26	Предприятия бытового обслуживания населения.	1	Назначение предприятий бытового обслуживания. Местонахождение предприятий бытового обслуживания;				
27	Экскурсия на предприятие бытового обслуживания населения	1	виды оказываемых ими услуг; правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания; профессии работников предприятий				
	<b>Раздел: «Экономика домашнего хозяйства»</b>	<b>3</b>					
28	Расходы <b>Практическая работа №13</b> Упражнения в подсчете расходов.	1	Расходы на удовлетворения культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды). Значение и характер культурных потребностей	<b>Практическая работа №13</b> Упражнения в подсчете расходов.			
29	Экономия в домашнем хозяйстве	1	Значение экономии в домашнем хозяйстве. Правила экономии				
30	Сбережения. Кредит. Государственное страхование	1	Виды и цели сбережений				
	<b>Раздел: «Профориентация и трудоустройство</b>	<b>4</b>					
31	Выбор профессии. Учреждения и отделы по трудоустройству	1	Выбор профессии. Профессионально-жизненная перспектива. Отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии				
32	Оформление на работу. Оформление документов для поступления на работу	1	Виды документов, необходимых для поступления на работу				
33	Деловые бумаги. Составление заявления, анкеты.	1	Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию				
34	Промежуточная аттестация в форме тестов	1					

