

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Толстомысенская средняя  
общеобразовательная школа №7  
662445, Красноярский край, Новоселовский район, п.Толстый Мыс, ул.Степная, 4  
Тел: 8(39147)96235, E-mail [tmyss@novuo.ru](mailto:tmyss@novuo.ru)

**РАССМОТРЕНО**

на заседании педагогического совета МБОУ  
Толстомысенской средней  
общеобразовательной школы №7  
Протокол № 15  
От « 29 » 08 22 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

И.о. директора МБОУ  
Толстомысенской средней  
общеобразовательной школы №7  
Е.А. Погодина  
№ 119 « 31 » 08.22 г.



**АДАптированная рабочая программа  
по предмету «Социально-бытовая ориентировка»  
на 2022/2023 учебный год**

**Учитель:** Попкова А.В.

**Предметная область:** человек и общество.

**Класс:** 8

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа составлена для обучения детей 8 класса с легкой степенью умственной отсталости. Учащиеся имеют одинаковую структуру дефекта, поэтому обучаются по одному учебному плану и одному УМК. Срок реализации программы – 1 учебный год. Занятия по данной адаптированной рабочей программе проводятся в форме урока (40 минут). На курс отведено 2 часа в неделю. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом планировании. Планирование составлено на основе программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5- 9 кл.: в 2 сб./ Под редакцией В.В.Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2014, раздел «Социально-бытовая ориентировка», авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова;

методических рекомендаций Министерства образования и науки Красноярского края к «Учебным планам для детей с нарушениями интеллекта», 2015 г.;

годового календарного графика муниципального бюджетного образовательного учреждения Толстомысенской средней школы №7;

учебного плана муниципального бюджетного образовательного учреждения Толстомысенской средней школы №7.

Социально-бытовая ориентировка представляет собой специальные коррекционные занятия в специальной (коррекционной) школе VIII вида, которые направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений: строится по концентрическому принципу, ее особенностью является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально – этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

**Цель:** достижение определенного уровня образованности в соответствии с возможностями ребенка, социальная реабилитация и интеграция в общество.

**Задачи** специальных коррекционных занятий по социально-бытовой ориентировке:

- формировать и совершенствовать навыки ориентировки в окружающем: самообслуживании, ведении домашнего хозяйства, умении пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи;

- формировать знания, умения и навыков, способствующих социальной адаптации выпускников;

- повышать уровень общего развития учащихся и их всестороннюю подготовку к будущей самостоятельной жизнедеятельности;

- способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми;

- воспитывать художественный вкус;

- повышать качество жизни учащихся.

Учебный материал по годам обучения расположен следующим образом:

Количество часов по программе	Количество часов по годам обучения				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
274	34	34	68	68	68

Программа по коррекционному курсу СБО в 8 классе состоит из 12 разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений. Каждый из разделов программы отслеживается от класса к классу.

«Питание» - один из важнейших разделов, который решает очень важные задачи: расширение представлений учащихся о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, ее целебных свойствах, необходимости пищи для роста и развития детского организма, культуре питания; формирование умений определять простейшими приемами экологически чистые продукты; приготовить блюда и эстетически их оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов.

Одновременно решаются задачи: воспитания личностных качеств (трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость), элементов трудовой культуры (организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др.), строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости, а также внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.

Результативность занятий по этому разделу обеспечивается только при условии тесной связи с родителями, работниками школьной столовой. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Это дает возможность учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них и формирования новых умений и навыков.

На занятиях надо отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Нужно постоянно приучать детей к соблюдению санитарно – гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

### Последовательность изучения разделов по программе

При составлении тематического планирования по СБО для 8 класса использованы рекомендации «Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование / автор-составитель С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2012.»

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Личная гигиена	4
2	Одежда и обувь	5
3	Питание	8
4	Семья	6
5	Культура поведения	4
6	Жилище	6
7	Транспорт	7
8	Торговля	4
9	Средства связи	8

10	Медицинская помощь	5
11	Учреждения, организации, предприятия	3
12	Экономика домашнего хозяйства	7
13	Итоговый урок. Промежуточная аттестация.	1
<b>Итого:</b>		68

Системный подход к социально-бытовой ориентации учащихся требует начинать работу с первых шагов пребывания ребенка в школе. Все общеобразовательные предметы дают определенный объем знаний и умений, способствуют расширению общего кругозора. Каждый учебный предмет имеет свои связи с курсом социально-бытовой ориентировки. Межпредметные связи коррекционных занятий по СБО с другими дисциплинами учебного плана показаны в приложении 2.

Основной формой организации занятий по СБО является урок. Виды уроков по СБО в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида: урок практических работ; урок тренинга знаний, умений и навыков в сюжетно-ролевых играх; урок-экскурсия.

#### **Урок практических работ.**

Особое внимание на уроках СБО уделяется использованию практических методов обучения, обеспечивающих выработку определенных навыков и умений. На уроках СБО используются разные формы практических работ: коллективные (бригадные) и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя). Запись в тетради определенных правил, зарисовки, упражнения и др.

При выполнении практической части программы на уроках постоянно отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, режущим инструментом, навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Наглядным материалом при изучении правил техники безопасности служат плакаты по СБО (приложение 8). При выполнении практических работ учащиеся также приучаются к соблюдению санитарно-гигиенических требований.

На уроке практических работ центральное место занимает система упражнений по формированию умений и навыков повседневной жизни. Почти каждый раздел программы требует выполнения практических работ учащихся.

#### **Урок-экскурсия**

Занятия по СБО предусматривают активное включение учеников в окружающую их жизнь. Экскурсия объединяет учебный процесс в школе с реальной жизнью и обеспечивает учащимся через их непосредственные наблюдения знакомство с различными предметами и явлениями. На уроках СБО проводятся вводные, текущие и итоговые экскурсии.

На экскурсию отводится один час учебного времени, если место экскурсии недалеко от школы.

По окончании экскурсий проводятся заключительные беседы, материалы экскурсий используются при проведении практических работ, моделировании реальных ситуаций, упражнений (приложение 3).

#### **Урок тренинга знаний, умений и навыков в сюжетно-ролевых играх**

К одной из организационных форм обучения можно отнести деловую игру (сюжетно-ролевою игру). На уроке-тренинге формируются навыки повседневной жизни в реальных условиях или моделировании реальных ситуаций. В 8 классе используется вариант сюжетно-ролевой игры без разучивания ролей.

Сюжетно-ролевые игры проводятся на этапе закрепления пройденного материала, для формирования навыков общения, умения строить свои отношения с другими людьми (приложение 4).

#### **Беседа**

Беседа является одним из основных методов обучения. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения. В начале занятия проводится краткая вводная беседа, в конце – заключительная.

Беседа применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, практическими работами.

**Развитие устной и письменной речи** осуществляется на занятиях по социально-бытовой ориентировке (использование пословиц, поговорок, загадок).

Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем учитель определяет самостоятельно с учетом возможностей детей и в зависимости от местных условий. При планировании учитываются время года и потребности школы. Занятия по СБО проводятся в кабинете, в котором есть все необходимое для проведения занятий: оборудование, приспособления, рабочие места. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.д. Домашние задания, как правило, не задаются.

В рабочей программе по СБО в 8 классе дано следующее распределение часов по четвертям:

8 класс	Количество часов	Количество практических работ	Количество экскурсий	Количество сюжетно-ролевых игр	Количество зачетных работ
I четверть	18	3	1		
II четверть	15	2		1	1
III четверть	19	1	3	1	
IV четверть	16	2	2		1
Итого:	68	8	6	2	2

Использование цифровых образовательных ресурсов на уроках СБО является одним из приоритетных направлений деятельности учителя. Информатизация образовательной среды, использование цифровых образовательных ресурсов направлено на формирование нового качества образования:

- использование на уроке различных электронных курсов, программ, пособий и других материалов, разработанных специалистами разного профиля;
- повышение учебной мотивации учеников;
- активизацию учебной и внеучебной деятельности школьников;
- формирование у них умения работать в нестандартных условиях;
- успешную социализацию учащихся в современных развивающихся условиях.

Использование цифровых образовательных ресурсов на уроках – это одно из решений, направленных на развитие творческой работы педагогов, использование ими активных методов учебной работы и пополнения их учебно-методического и учебно-дидактического комплексов.

## Перечень компонентов учебно-методического комплекса

Учебный предмет	Класс	Учебная программа по предмету	Учебники для учащихся	Учебно – методические пособия для учителя
Социально-бытовая ориентировка	8	Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида 5 – 9 классы, сборник №1, «Социально – бытовая ориентировка» (В.И. Романина, Н.П. Павлова), М., Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2014г.	Учебник по социально-бытовой ориентировке для специальных (коррекционных) школ VIII вида отсутствует.	1. Социально-бытовая ориентировка. – 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/автор-составитель С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2011.

### Содержание тем курса

#### Личная гигиена

##### ***Основные теоретические сведения.***

Значение косметики для девушки. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики: лосьон, кремы, пудра и природные средства.

#### Одежда и обувь

##### ***Основные теоретические сведения***

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев.

#### Питание

***Основные теоретические сведения.*** Кухонные механические приспособления и электрооборудование (миксер, мясорубка, овощерезка, кухонный комбайн) и правила безопасной работы с ними. Виды теста: дрожжевое, пресное. Способы и последовательность приготовления изделий из теста.

#### Жилище

##### ***Основные теоретические сведения***

Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны.- мытье кафельных стен, чистка раковин кухни, ванной, санузла. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла, ванны. Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.

#### Семья

##### ***Основные теоретические сведения***

Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ребёнком.

#### Культура поведения

##### ***Основные теоретические сведения***

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

#### Транспорт

##### ***Основные теоретические сведения***

Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.

#### Торговля

##### ***Основные теоретические сведения***

Специализированные магазины (книжный, спортивный). Правила поведения в магазине. Виды товара, отделы. Стоимость основных товаров. Вежливое обращение к продавцу.

#### Средства связи

### ***Основные теоретические сведения***

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Междугородняя телефонная связь, тариф на разговоры. Виды заказов междугороднего телефонного разговора.

### **Медицинская помощь**

#### ***Основные теоретические сведения***

Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обмороживание, отравление, солнечный удар). Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

### **Учреждения, организации, предприятия**

#### ***Основные теоретические сведения***

Государственные учреждения: департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, полиция, их назначени

### **Экономика домашнего хозяйства**

#### ***Основные теоретические сведения***

Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Сумма доходов семьи за месяц, полгода, год. Планировании расходов на месяц, по статьям расходов с выбором наиболее необходимого в данный период: зимой, весной, летом, осенью. Расчет стоимости израсходованной электроэнергии.

### **Требования к знаниям и умениям учащихся.**

В Программе по СБО даны четкие указания, каким должен быть результат работы. По каждому разделу выделены основные требования к знаниям и умениям. В результате изучения «Социально-бытовой ориентировки» ученик должен знать, уметь:

### **Личная гигиена**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног;
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам;
- в меру пользоваться косметикой.

### **Одежда и обувь**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность глажения изделий;
- виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение;
- виды оказываемых ими услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- гладить блузки, рубашки, платья.

### **Питание**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- виды теста;
- способы приготовления изделий из теста;
- способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье;
- шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;
- заготовит ягоды без тепловой обработки;
- записать рецепт соления, варенья, консервирования.

## Семья

### **Обучающиеся должны знать:**

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

### **Обучающиеся должны уметь:**

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

## Культура поведения

### **Обучающиеся должны знать:**

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

### **Обучающиеся должны уметь:**

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома;
- выбирать косметические средства, украшения, причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.

## Жилище

### **Обучающиеся должны знать:**

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

### **Обучающиеся должны уметь:**

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

## Транспорт

### **Обучающиеся должны знать:**

- основные автобусные маршруты;
- основные маршруты водного транспорта;
- правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда;
- покупать билет;
- обращаться за справкой;
- выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта.

## Торговля

### **Обучающиеся должны знать:**

- рынок, его виды;
- основные отличия его от магазина;
- правила поведения на рынке;
- права покупателя на рынке;
- цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- выбрать месторасположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.),



количества, цены.

### **Средства связи**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- виды телефонной связи;
- правила пользования ими, телефонным справочником;
- номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа;
- периодичность оплаты телефона;
- виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью;
- тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния;
- оплата за телефон;
- порядок заказа междугороднего разговора по адресу;
- правила культурного краткого разговора.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- узнать время;
- получить по телефону справку;
- культурно разговаривать по телефону.

### **Медицинская помощь**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- меры по предупреждению несчастных случаев в быту;
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;
- приемы оказания помощи спасенному из водоема.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;
- оказать первую помощь утопающему.

### **Учреждения, организации, предприятия**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;
- адрес местной префектуры;
- отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи.

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.

### **Экономика домашнего хозяйства**

#### ***Обучающиеся должны знать:***

- составные части бюджета семьи и их размер;
- основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.;
- стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);
- правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);
- виды и цели сбережений:

#### ***Обучающиеся должны уметь:***

- подсчитать бюджет семьи;
- составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.;
- подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;
- снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной

электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции;

- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;

- соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.

## **Обеспеченность учебно-наглядным оборудованием**

### **Питание**

#### **Электробытовые приборы**

1. Электроплита.
2. Электрочайник.
3. Бытовой холодильник.

#### **Посуда и инвентарь**

1. Сковорода.
2. Кастрюли.
3. Набор столовой посуды.
4. Набор столовых приборов (ножи, вилки, ложки).
5. Набор чайной посуды.
6. Чайник для заварки чая.
7. Поварские лопатки.
8. Шумовка.
9. Дуршлаг.
10. Разделочные доски.
11. Ручная мясорубка.
12. Терка.
13. Столовые ножи .
14. Скатерть.
15. Салфетки из ткани (бумажные салфетки).
16. Специальная одежда (косынка, фартук).
17. Миски, тазики.
18. Правила техники безопасности при работе в кабинете.

#### **Одежда**

1. Коллекция (хлопок, лен).
2. Нитки (х/б, шелковые, вышивальные).
3. Сантиметровая лента.
4. Ножницы.
5. Наперстки.
6. Утюжильная доска и утюг.
7. Иглы, булавки, мелки, нитевдеватель, колышки.
8. Ручные швейные машины (2 штуки).
9. Электрическая швейная машина (3 штуки)
10. Швейные машины с ножным приводом (3 штуки).

#### **Жилище**

1. Щетка для пола.
2. Веник.
3. Ведро для мытья полов.
4. Швабра.
5. Щетка для радиаторов.
6. Тряпка для мытья полов.
7. Ветошь для протирки мебели.
8. Моющие средства.

### Календарно-тематическое планирование СБО 8 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	Вид контроля	Элементы дополнительного содержания	Дата проведения	
								план	факт
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА – 4 ЧАСА</b>									
1	Значение косметики для девушки и юноши.	1	Комб.	- упражнения в протирании кожи лица; подбор лосьона, отвара из трав, нанесение крема, пудры, с учетом состояния кожи; - использование масок из фруктов и овощей.	Учащийся должен <b>знать</b> : - правила ухода за кожей лица; - приемы нанесения косметических средств на лицо, шею. Учащийся должен <b>уметь</b> : -определить тип кожи и волос; -подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос; - правильно ухаживать за лицом и волосами.	Практическая работа	<b>Словарные слова:</b> здоровый образ жизни, отзывчивость, сила воли, целеустремленность, крем, лосьон, маска, пудра, тоник		
2	Правила и приемы ухода за кожей лица.	1	Комб.						
3	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	2	Комб.						
4	Средства и способы сбережения здоровья								
<b>ОДЕЖДА И ОБУВЬ – 5 ЧАСОВ</b>									
5	Стирка изделий из шерстяных тканей.	1	Комб.	- стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей, -соблюдение правил безопасности при использовании стирального порошка; - экскурсия в химчистку, знакомство с правилами приема изделий и выдача их, с прейскурантом на чистку определенного вида изделий; -заполнение бланков для сдачи белья	Учащийся должен <b>знать</b> : - правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; - правила и последовательность глажения изделий; - виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение; - виды оказываемых ими услуг; - правила подготовки вещей к сдаче в чистку. Учащийся должен <b>уметь</b> : - стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; - гладить блузки, рубашки, платья.	Практическая работа Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> химчистка, приемщик, квитанция, бланк, заказ, синтетика, шерсть, антистатик, кондиционер для белья, нашатырный спирт, уксус		
6	Стирка изделий из синтетических тканей.	1	Комб.						
7	Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев.	1	Комб.						
8-9	Химчистка - знакомство с предприятием. Правила пользования химчисткой.	2	Комб.						

ПИТАНИЕ – 8 ЧАСОВ									
10	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (повторение).	1	Комб.	-санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи; - чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов; - приготовление пресного теста, из него лапши и выпечка печенья; - запись рецептов соленья, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод; - приготовление овощного салата; - нарезка зелени и фруктов для сушки.	Учащийся должен <b>знать</b> : -санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи; - виды теста; - способы приготовления изделий из теста; - способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени. Учащийся должен <b>уметь</b> : - приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье; - заготовит ягоды без тепловой обработки; - записать рецепт соленья, варенья, консервирования.	Практическая работа	<b>Словарные слова:</b> дрожжи, тесто дрожжевое, бисквитное песочное пресное ассортимент мучные изделия, квашение, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени.		
11-12	Кухонные механические приспособления. Электрооборудование кухни и правила безопасной работы.	2							
13-14	Виды теста: дрожжевое, пресное. Способы и последовательность приготовления изделий из теста.	2							
15-16	Заготовка продуктов впрок: консервирование. Практическая работа. Замораживание овощей, фруктов, ягод. Практическая работа.	2							
17	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.	1							
СЕМЬЯ – 6 ЧАСОВ									
18	Грудной ребенок в семье.	1	Комб.	- упражнения в купании, одевании, пеленании куклы; - мытье детской посуды, игрушек.	Учащийся должен <b>знать</b> : - правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания; - правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка; - санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек. Учащийся должен <b>уметь</b> : - купать, одевать, пеленать куклу; - кормить куклу из соски и с ложечки.	Практическая работа	<b>Словарные слова:</b> грудной ребенок, рожок, соска, опрелость, присыпка, стерильно, памперс, подгузник, пеленка, ползунки, распашонка, чепчик.		
19-20	Уход за ребёнком - кормление из соски, с ложечки.	2							
21-22	Правила содержания детской постели, посуды, одежды, игрушек.	2							
23	Уход за ребенком. Практическая работа.	1							
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ – 4 ЧАСА									

24	Культура общения юноши и девушки.	1	Комб.	Сюжетная игра «Встреча молодых людей.	Учащийся должен <b>знать</b> : - правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома; - требования к внешнему виду молодых людей. Учащийся должен <b>уметь</b> : - культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах (в кино, на танцах и т.д.), дома; - выбирать украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности.	Сообщения по теме	<b>Словарные слова:</b> культура общения, макияж, мода, стиль, этикет		
25-26	Внешний вид молодых людей. Выбор одежды.	2	Комб.						
27	Практическая работа «Встреча молодых людей»	1	Комб.						

#### ЖИЛИЩЕ – 6 ЧАСОВ

28-29	Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны.	2	Комб.	- мытье кафельных стен, чистка раковин кухни, ванной, санузла; - соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил безопасности при пользовании моющими средствами.	Учащийся должен <b>знать</b> : - правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны; - моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла; - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Учащийся должен <b>уметь</b> : - мыть кафельные стены, чистить раковины; - пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны.	Практическая работа	<b>Словарные слова:</b> ванна, кафель, раковина, место общего пользования, санузел, инструкция, средства бытовой химии.		
30-31	Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла, ванны.  Техника безопасности при работе с моющими и чистящими средствами.	2	Комб.						
32-33	Обобщение пройденного материала.  Практическая работа «Уборка классных комнат»	2	Комб.						

#### ТРАНСПОРТ – 7 ЧАСОВ

34-35	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение.  Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.	2	Комб.	- назначение междугородного автовокзала, речного и морского порта; - выбор пункта назначения. - определение время и места отправления;	Учащийся должен <b>знать</b> : - основные автобусные маршруты; - основные маршруты водного транспорта; - правила безопасной поездки на	Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> автовокзал, водный транспорт,		
-------	---	---	-------	--	---	-----------	--	--	--

36-37	Порядок приобретения билетов.  Стоимость проезда до пункта назначения	2	Комб.	- рассчитывание стоимости проезда на теплоходе в направлениях «туда и обратно» с учетом класса каюты.	речном морском, виде транспорта. Учащийся должен <b>уметь:</b> - пользоваться расписанием; - определять стоимость проезда; - покупать билет; - обращаться за справкой; - выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта.		каюта, маршрут, порт, пристань, расписание, рейс, теплоход		
38	Значение водного транспорта (речного, морского). Пристань. Порт.	1	Комб.						
39-40	Расписание, порядок приобретения билетов.  Стоимость проезда до условного пункта-назначения.	2	Комб.						

#### ТОРГОВЛЯ – 4 ЧАСА

41-42	Специализированные магазины (книжный, спортивный).  Правила поведения в магазине.	2	Комб.	- назначение специализированных магазинов; - упражнения в подсчёте стоимости покупок.	Учащийся должен <b>знать:</b> - ассортимент товаров в различных специализированных; - цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары Учащийся должен <b>уметь:</b> - выбирать покупку с учетом различных условий; - подсчитывать стоимость покупок; - культурно вести себя в магазине.	Практическая работа Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> специализированный магазин, рынок вещей, оптовый, продуктовый, выбор, покупки, цены, ассортимент.		
43-44	Виды товара, отделы. Стоимость основных товаров.  Вежливое обращение к продавцу-консультанту.	2	Комб.						

#### СРЕДСТВА СВЯЗИ – 8 ЧАСОВ

45-46	Городской телефон-автомат.  Правила пользования таксофоном, квартирным телефоном.	2	Комб.	Сюжетно-ролевая игра «телефонная справочная служба». Экскурсия на переговорный пункт. Выбор названия города, знакомство с кодом и тарифом. Расчет	Учащийся должен <b>знать:</b> - правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном; телефонным справочником; - функции и виды междугородной	Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> абонентская плата, автоматическая,		
-------	---	---	-------	---	---	-----------	---	--	--

47	Правила пользования телефонным справочником.	1		стоимости разговора за 1 минуту, 3,5,10.	телефонной связи; - периодичность оплаты телефона; - виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью; - тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния; - оплата за телефон; - порядок заказа междугороднего разговора по адресу; - правила культурного краткого разговора; - порядок заказа разговора в кредит.		междугородняя, телефонная, связь, заказ, код города, междугородный разговор, переговорный пункт, срочный заказ, счет, таксофон, таксофонная карта, тариф, штраф		
48	Культура разговора по телефону.	1			Учащийся должен <b>уметь:</b> кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; - узнать время; - получить по телефону справку, узнавать время; - культурно разговаривать по телефону.				
49	Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи и других аварийных служб.	1							
50	Получение справок по телефону - Служба точного времени «говорящие часы».	1							
51-52	Междугородняя телефонная связь Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Тариф на междугородние телефонные разговоры.	2							

### МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ – 5 ЧАСОВ

53-54	Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обмороживание).	2	Комб.	Сюжетная игра - оказание помощи при несчастном случае: промывание предполагаемой раны, наложение повязки на руку, ногу, голову; оказание помощи спасенного из водоема.	Учащийся должен <b>знать:</b> -меры по предупреждению несчастных случаев в быту; -правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении; - приемы оказания помощи спасенному из водоема. Учащийся должен <b>уметь:</b> - оказать первую помощь при ожоге, обморожении;	Практическая работа. Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> обморожение, ожог, отравление, несчастный случай, солнечный удар.		
55	Первая помощь утопающему.	1							

56-57	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.  Первая помощь при отравлении.	2			- оказать первую помощь утопающему.				
<b>УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, ПРЕДПРИЯТИЯ – 3 ЧАСА</b>									
58-59	Государственные учреждения: департамент, муниципалитет, их назначение.	2	Комб.	- экскурсия в префектуру для знакомства с отделами и их возможностями оказания помощи.	Учащийся должен <b>знать:</b> - куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи; - адрес местной префектуры; - отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи. Учащийся должен <b>уметь:</b> обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.	Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> департамент, милиция, муниципалитет, отдел по учету и распределению жилой площади, отдел социального обеспечения, префектура		
60	Префектура, полиция, их назначение.	1	Комб.						
<b>ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА – 7 ЧАСОВ</b>									
61-62	Бюджет семьи.  Основные статьи расходов семьи.	2	Комб.	Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. Составление доверенности на получение зарплаты, стипендии, пенсии за членов семьи. Упражнения в планировании расходов на месяц, по статьям расходов с выбором наиболее необходимого в данный период: зимой, весной, летом, осенью. Упражнения в снятии показателей электросчетчика (газового счетчика, счетчика воды, телефонных	Учащийся должен <b>знать:</b> - составные части бюджета семьи и их размер; - основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии газа, телефона и др.; - стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.); - правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);	Практическая работа. Экскурсия	<b>Словарные слова:</b> бюджет, вклад, государственное страхование, доход, доверенность, заработная плата, коммунальные платежи, кредит, культурные потребности, накопление,		
63-64	Расходы на питание.	2							



65-66	Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг	2		разговоров). Расчет стоимости израсходованной электроэнергии (газ, воды, телефонных разговоров); заполнение квитанция (на конкретных примерах);	- виды и цели сбережений.		пенсия, пособие, расход, сбережения, стипендия, текущие расходы, услуги, учет, экономия.		
67	Планирование расходов с учётом бюджета и состава семьи.	1		упражнение в планировании крупных, дорогостоящих покупок (на конкретных примерах).					
68	<b>Заключительный урок.</b>	1							