

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Куракинская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО учителей
гуманитарного цикла
протокол №1 от
« 26 » 08 2021 г.
Руководитель МО

И.В.Бессонова

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР

Е.И.Михайлова
« 27 » 08 2021 г.



Адаптированная
рабочая программа
по социально-бытовой ориентировке
7 класс
Учитель: Кутузова Светлана Евгеньевна

Количество часов в год – 68
Количество часов в неделю – 2

с.Куракино
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по СБО составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации №273-ФЗ
2. Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 кл. под ред. В.В. Воронковой.
3. Адаптированная общеобразовательная программа Приказ №41-О/2 от 09.12.2016г.
4. Учебного плана МБОУ «Куракинская средняя общеобразовательная школа» Приказ №53-О/1 от 28.08.2021г

Программа по СБО является адаптационной. Она определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения СБО.

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку учащихся с легкой умственной отсталостью 7 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Программа СБО составлена с учетом возможностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. При этом, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала происходит использование опыта учащихся как базы для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Происходит демонстрация учебных слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий. Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т.д.

Могут использоваться как групповые, так и индивидуальные (выполнение учеником всех операций под руководством учителя) методы организации практических работ. Однако при любой форме организации занятия каждый ученик должен на практике овладеть всеми необходимыми знаниями и умениями.

В планировании обращено внимание на изучение правил техники безопасности, формирование умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д.

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в учреждения

культуры. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов).

Тематика и последовательность занятий по социально-бытовой ориентировке отражаются в классном журнале.

7 класс

Количество часов в неделю - 2 часа

Количество часов по учебному плану - 68 часов

Личностными результатами изучения курса являются:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию энергоресурсов, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- В результате выполнения под руководством учителя индивидуальных и групповых работ, закладываются основы таких социально-ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;
- Владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;
- Получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий;
- Научиться искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальный

Технология обучения: вводный урок, урок формирования(сообщения) новых знаний, урок формирования и закрепления умений и навыков обобщающий (повторительно-обобщающий) урок, контрольный урок, комбинированный урок.

Текущий контроль: устный, письменный, индивидуальный, фронтальный, уплотнённый и выборочный, по пройденному материалу, по новому материалу.

Таким образом, контроль усвоения материала по теме должен состоять из трёх частей:

- итоговый контроль усвоения содержания (контроль знаний);
- контроль уровня сформированности умений (контроль умений);
- итоговый контроль свернутой деятельности (контроль навыков).

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.

В течении трех лет обучения учащиеся с лёгкой умственной отсталостью должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда:

➤ *в сфере организации питания:*

- различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жареном виде) разных продуктов питания;

- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилок и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;
- *в сфере ухода за телом;*
- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;
- пользоваться дезодорантом;
- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.
- *в сфере ухода за одеждой и обувью:*
- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;
- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;
- *в сфере ухода за жилищем:*
- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;
- пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
- ухаживать за комнатными растениями (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

Учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями *сферы обслуживания населения*. В процессе обучения у детей формируются следующие *жизненно значимые умения*:

- ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);

- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.;
- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках.
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения *способам проведения досуга*. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, музей, ДК). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения музея, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 6 класса учащиеся постепенно *готовятся к семейной жизни*. Семья – это микросоциальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и *социально значимые умения*:

- называть себя (фамилию, имя, отчество, возраст), адрес;
- называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
- определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
- ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
- планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семье за месяц, планировать расходы;
- называть правила ухода за маленькими детьми в семье;
- приглашать и принимать гостей;
- поздравлять с праздником;
- называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Итак, *основными содержательными линиями* в области социально-бытовой ориентировки школьников с ОВЗ является следующие:

- *бытовая трудовая деятельность*: умения в сфере организации питания, ухода за телом, одеждой, обувью, жилищем, комнатными растениями и другими предметами обихода;
- *предприятия и учреждения сферы обслуживания населения*:

Ориентировка в услугах предприятий и учреждений сферы обслуживания населения (торговли, службы быта, связи, культуры, медицинской помощи, транспорта), практические умения пользоваться ими;

- *семья*: представления о семье, семейных взаимоотношениях, организации быта и досуга семьи;
- *организация досуга*; места и способы проведения досуга.

Критерии и нормы оценки знаний и умений, обучающихся применительно к различным формам контроля знаний

Нормы оценки знаний:

Отметка «5» ставится, если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

Отметка «4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы.

Отметка «3» ставится, если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы.

Нормы оценки практической работы

Организация труда: Отметка «5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам - бережное, экономное.

Отметка «4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании

Реализация коррекционной работы по разделам предмета социально – бытовая ориентировка
в 7 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
1.	«Личная гигиена»	Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с особенностями личной гигиены в жизни подростка. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.
2.	«Торговля»	Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при определении назначения и выделения отличий и сходств универсама и универсама. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
3.	«Жилище»	Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний.
4.	«Одежда»	Развивать мелкую моторику рук и глазомер при практическом выполнении ремонта одежды. Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь.
5.	«Питание»	Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие .
6.	«Семья»	Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки, осуществляя связь с жизнью.
7.	«Транспорт»	Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о железнодорожном транспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корректировать внимание и поведенческие навыки .
8.	«Медицина»	Активизировать речевую деятельность, развивать связную речь в процессе составления последовательного рассказа, сопровождаемого практическими действиями при оказании первой медицинской помощи. Расширять кругозор, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
9.	«Культура поведения»	Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды в соответствии с назначением и подборе и оформлении подарков. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил приёма и отказа от приглашения в гости. Корректировать поведенческие навыки.
10.	«Средства связи»	Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности. Развивать наблюдательность и способность правильно распределять внимание при ознакомлении с работой почты.

Содержание предмета, практические работы по СБО 7 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
«Одежда»	Ремонт разорванных мест одежды, шtopка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Прачечная». Виды услуг. Правила пользования. Практические работы Ремонт разорванных мест одежды, шtopка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную .
«Питание»	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду. Практическая работа Видео просмотр приготовления первых, вторых и третьих блюд.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми Практическая работа Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.
«Культура поведения»	Поведение в гостях. Подарки. Выбор подарка. Практическая работа Изготовление несложных сувениров.
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак Животные дома (кошка, собака, попугай). Практическая работа Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа. Видео просмотр экскурсии на ж/д вокзал.
«Торговля»	Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Практическая работа Упражнение в подсчете стоимости покупок.

	Экскурсия в промтоварный магазин.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков. Практические работы Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Экскурсия на почту.
«Медицинская помощь»	Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах. Практические работы Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

Учебно-тематический план.

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем.	Всего часов
1	Личная гигиена	4
2	Одежда	12
3	Семья	4
4	Культура поведения	6
5	Питание	8
6	Жилище	13
7	Транспорт	6
8	Торговля	4
	четверть 16 час.	
9	Средства связи	4
10	Медицинская помощь	6
	Всего:	67(+1 повторение за год)

Календарно-тематический план реализации рабочей программы по СБО 7 класс

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание	ЗУН УДЗ (учащиеся должны знать) УДУ (учащиеся должны уметь) Практические работы	Средства обучения, оборудование
1 четверть					
Раздел «Личная гигиена» 4 часов					
1	Личная гигиена подростка.	1	Личная гигиена подростка (юноши и девушки). Назначение индивидуальных предметов гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Правила смены одежды, нательного и постельного белья.	Учащиеся должны иметь представление о значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка; - назначении индивидуальных предметов личной гигиены; -необходимости гигиены одежды; УДЗ: -правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши); -правила смены одежды и нательного и постельного белья; -санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.	Иллюстрации, видео
2	Уход за кожей лица	1			
3	Уход за волосами	1			
4	Уход за волосами с помощью народных средств	1			
Раздел «Одежда» 12 часов					
1	Ремонт одежды, штопка, наложение заплат	1	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды	УДЗ: - особенности стирки цветного и белого белья; - правила пользования моющими средствами; - устройство стиральной машины и правила пользования ею; -санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при	Инвентарь для стирки,
2	Практическая работа.	1			
3	Что такое стирка?	1			
4	Стирка хлопчатобумажных	1	Стирка		

		и льняных тканей		хлопчатобумажного белья вручную, Особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользования моющими средствами. Отбеливание. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке вручную.	ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины; - назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг; - правила подготовки вещей к сдаче в чистку. УДУ: - ремонтировать разорванные места одежды, штопать; - гладить одежду и бельё. Ремонт разорванных мест одежды, штопка	средства для стирки Инвентарь для стирки, средства для стирки
5		Отбеливание	1			
6		Использование бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей.	1	Устройство стиральной машины и правила пользования ею.		Стиральная машина
7-8		Устройство стиральной машины	2	Стирка хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке с помощью стиральной машины.	<i>Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную.</i> <i>Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины. Утюжка постельного белья, брюк, спортивной одежды.</i>	
9		Что может стиральная машина	1			
10		Глажение. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Правила техники безопасности при работе с утюгом.		Гладильная доска, утюг, пульверизатор
11		Прачечная	1	Правила пользования «Прачечной». Виды услуг. Правила подготовки вещей к сдаче в прачечную		Видеоматериал
12		Проверочная работа	1			
Раздел «Семья» 4 часа						
1		Школа семьи	1	Одевание на прогулку.	УДЗ: -различные тихие и подвижные игры. УДУ: -одевать малышей на прогулку; -объяснять детям младшего возраста	Инструкции
2		«Три ржаных колоса»	1			
3		Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	1			

4		Разучивание тихих и подвижных игр.	1	Разучивание правил игр.	правила игр с ними в тихие и подвижные игры; <i>Разучивание тихих и подвижных игр.</i> <i>Проведение игр с детьми младшего возраста.</i>	
---	--	------------------------------------	---	-------------------------	--	--

Раздел «Культура поведения» 6 часов

1		Умение приглашать гостей	1	Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании.	УДЗ: - правила поведения при встрече и расставании; - правила поведения в гостях;	Презентация, видео
2		В вашем доме поселились гости	1			
3		Вы собираетесь в гости	1	Правила поведения в гостях.	- правила вручения подарков.	
4		Искусство делать подарки.	1	Правила выбора и вручения подарков. Правила приема подарков.	УДУ: - выбирать подходящую одежду для визита в гости; - культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.) - выбирать подарки; -изготавливать простые сувениры; -вручать и принимать подарки.	
5		Практическая работа. «Цветы в подарок»	1		Изготовление несложных сувениров.	
6		Проверочная работа	1			

Раздел «Питание» 8 часов

1		О рациональном питании	1	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	УДЗ: - способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; - последовательность приготовления блюд; - возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;	Карточки с меню
2		Супы	1			Инструкционные карты
3		Приготовление рыбных блюд	1	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при	правила техники безопасности при	Инструкционная карта, посуда, продукты
4		Приготовление мясных блюд	1			

5		Сладкие блюда	1	приготовлении пищи.	приготовлении пищи; - правила пользования столовыми приборами.	Инструкционная карта, посуда, продукты
6		Сервировка стола.	1	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Правила сервировки стола к обеду.	УДУ: - готовить обед (зауски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов, полуфабрикатов); - готовить третьи блюда; - оформлять готовые блюда; сервировать стол к обеду.	Инструкционная карта, посуда, продукты Посуда, инвентарь для сервировки к обеду
7		Меню на день и неделю	1		<i>Приготовление закусок, оформление готового блюда.</i> <i>Приготовление первого блюда на мясном бульоне, оформление готового блюда.</i> <i>Приготовление супа из рыбных консервов, оформить готовое блюдо..</i> <i>Приготовление мясных блюд оформить готовое блюдо.</i> <i>Приготовление третьих блюд оформить готовое блюдо.</i> <i>Сервировка стола к обеду.</i>	
8		Проверочная работа	1			
Раздел «Жилище» 13 часов						
1		Уборка квартиры.	1	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Последовательность проведения уборки. ТБ во время уборки помещения.	УДЗ: -последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; -способы и периодичность ухода за окнами; -виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон; -способы утепления окон;	Видеоматериал
2		Санитарная обработка помещения в случае необходимости	1			

		Виды моющих средств, используемых при уборке жилого помещения	1	ТБ при работе с моющими средствами Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Дезинфицирующие средства, их применение.	<p>-правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытия; -правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме; -правила содержания в доме собаки, кошки, попугая. УДУ: -убирать жилые помещения; -чистить мебель; -мыть зеркала и стекла; -утеплять окна. <i>Уборка помещения.</i> <i>Мытьё зеркал.</i> <i>Утепление окон.</i> <i>Чистка мягкой мебели.</i></p>	Образцы средств бытовой химии
3		Подготовка квартиры к зиме, лету.	1	<p>Подготовка квартиры к зиме, лету. Способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств; способы утепления окон. ТБ.</p>		Иллюстрации по теме
4		Утепление окон	1			Инструкции
5		Чистка и мытьё оконных стекол и зеркал	1			Образцы средств для ухода за мебелью
6		Уход за мебелью	1			
7		Уход за полом	1			
8		О технике безопасности и мерах предосторожности.	1			
9-10		Чистильщик, маляр, мойщик	2			
11		Пылесос. Правила пользования пылесосом	1			
12		Правила заготовки топлива и топки печей	1			
13		Проверочная работа	1			

Раздел «Транспорт» 6 часов

1		Междугородний железнодорожный транспорт.	1	<p>Междугородний железнодорожный транспорт. Виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. Расписание движения поездов. Кассы приобретения билетов. Медпункт. Зал ожидания. Комната матери и</p>	<p>Учащиеся должны иметь представление о: - назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожидания, комната матери и ребенка); - порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в</p>	Карточки
2		Вокзал и его службы.	1			

				ребенка. Справочная служба.	кассе, заказ по телефону);	
3		Приобретение железнодорожных билетов.	1	Порядок приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону). Виды поездов: скорый, пассажирский.	- порядке сдачи и получении багажа в камере хранения. УДЗ:	Образцы билетов
4		Виды пассажирских вагонов:	1	Виды пассажирских вагонов: общий, плацкартный, купейный, мягкий. Зависимость стоимости билета от вида вагона и дальности расстояния Примерная стоимость проезда до разных пунктов.	- функции железнодорожного транспорта; - виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); - примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния; - виды справочных служб; - виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.	
5		Камеры хранения	1	Правила безопасности в поездке.	УДУ: - ориентироваться в расписании; - приобретать билеты в железнодорожной кассе; - обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону. <i>Упражнения по ориентированию в расписании в соответствии с выбранным маршрутом, в переводе времени</i> <i>Ролевые игры: обращение к работникам справочных служб вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.</i> <i>Покупка и возврат билета.</i> <i>Обращение к проводнику при посадке.</i>	
6		Проверочная работа	1			

Раздел «Торговля» 4 часа						
1		Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	1	Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Упражнения в подсчете стоимости покупки.	Учащиеся должны иметь представление -о назначении промтоварных магазинов; -о порядке приобретения товаров. УДЗ: -ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов; -стоимость отдельных товаров. УДУ:	Карточки с заданиями.
2		Распродажа товаров по сниженным ценам	1		-приобретать некоторые товары в промтоварном магазине; -подсчитывать стоимость покупок; -правильно вести себя в магазине. <i>Упражнение в составлении плана покупки.</i> <i>Подсчитать стоимость покупки.</i>	
3		Экскурсия в продовольственный магазин	1	Правила поведения в магазине.		
4		Проверочная работа	1			
Раздел «Средства связи» 4 часа						
1		Почта	1		УДЗ: -перечень предметов, посылаемых бандеролью; -максимальный вес и стоимость посылаемых предметов; -виды и способы упаковки бандеролей. УДУ: -заполнять бланки на отправку бандеролей; -составлять опись посылаемых предметов;	Муляжи бандеролей.
2		Посылки и бандероли.	1	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные) Порядок их отправления, перечень предметов, посылаемых бандеролью. Максимальный вес и стоимость посылаемых предметов. Упаковка. Стоимость пересылки.	-упаковка бандероли. <i>Заполнение бланков на отправку бандеролей.</i> <i>Упаковка бандеролей.</i> <i>Составление описи посылаемых предметов.</i>	
3		Экскурсия на почту.	1	Заполнение бланков.		Бланки

4		Проверочная работа	1			
Раздел «Медицинская помощь» 6 часов						
1		Домашняя аптечка. Как измерить температуру тела	1	Домашняя аптечка. Термометр. Правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Самолечение его опасность для здоровья. Местные лекарственные растения	<p>Учащиеся должны иметь представление о:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вреде самолечения. <p>УДЗ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники); - правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки; - местные лекарственные растения; - правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм; - правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой, компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины). <p>УДУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -пользоваться термометром; -готовить отвары и настои из лекарственных растений; -накладывать временные шины. <p><i>Упражнения в измерении температуры тела человека.</i></p> <p><i>Заваривание травяного настоя.</i></p> <p><i>Упражнения в наложении повязок на рану.</i></p> <p><i>Упражнения в наложении повязок на поврежденную конечность.</i></p>	Образец аптечки, Карточки с лекарственными травами Термометр
2		Лекарственные растения Отвары, настои, настойки, чаи	1	Отвары, настои, настойки, чаи.		
3		Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах Практическая работа	1	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах. Правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой, компресс).		Инструкции, перевязочный материал
4		Первая помощь при вывихах, переломах	1	Правила оказания первой медицинской помощи при вывихах, переломах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).		
5		Доврачебная помощь при ранениях	1			
6		Проверочная работа (тест)	1			Инструкции, перевязочный материал
		Повторение пройденного за год	1			