

Приложение к адаптированной
образовательной программе
МБОУ Разинская СШ

Рабочая программа
(общего образования 5-9 классов
с лёгкой и средней степенью умственной отсталости)
предметная область: коррекционная подготовка
Учебный предмет: социально-бытовая ориентировка

Составитель:
Овчинникова О. В
учитель

Р. п. им. Степана Разина - 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по СБО составлена на основе:

-Программа специальной (коррекционной) общеобразовательной школы: 5- 9 кл. / Под редакцией В. В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В. И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2014. - сб.1;

Программа разрабатывается на уровень образования.

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

Задачи:

- формировать навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в современном мире;
- формировать умения пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи;
- воспитание морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

Программа включает теоретические и практические занятия. Материал программы расположен по принципу усложнения и увлечения объема сведений. Воспитательная направленность обучения СБО осуществляется в ходе целенаправленной работы учителя по формированию совокупностей ценностных качеств личности: трудолюбия и уважения к людям, ответственности и дисциплинированности, чувства коллективизма и товарищеской взаимопомощи, бережного отношения к общественной собственности.

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

Учащиеся с лёгкой и средней степенью умственной отсталости, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, - в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности

При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

-практико-ориентированная направленность содержания обучения;

-применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;

-применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета СБО в школе обеспечивает работу:

- коррекционно - обучающую;
- коррекционно - развивающую;
- коррекционно - воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Программа реализуется через следующие методы и приёмы 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 все необходимое оборудование для реализации данной программы.

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

Основные содержательные линии выстроены с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы

Межпредметные связи:

- СБО – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;
- СБО - математика /математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п./;
- СБО - география /знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий/;

- СБО - биология /знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления/;
- СБО – трудовое обучение/выполнение практических заданий по уходу за одеждой/.

Планируемые результаты освоения программы

В результате реализации программы у детей должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

В течение девяти лет обучения в школе учащиеся с интеллектуальной недостаточностью 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, вилкой 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, вдевать резинку в пояс предметом одежды, 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 механической щеткой для чистки ковровых покрытий; вытряхивать половики;
- 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;

Начиная с пятого класса, 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, фотоателье, 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, в киосках.
- 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, кинотеатр) и местами отдыха (парк). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения парка, 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 макросоциальная 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 свою 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.

Содержание данного раздела «Трудоустройство» (9 класс.) направленно на ориентировку учащихся:

- называть основные документы гражданина РФ.
- называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;
- оформлять документы (заявление, анкета);
- ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

Основными объектами проверки являются знания и умения:

В 5 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- · Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.
- · Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.
- Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля)
- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

- Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.
- Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.
- Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.
- Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

2. Обучающиеся должны уметь:

- Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами
- Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

В 6 классе:

1 Обучающиеся должны знать:

- Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца

- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани
- Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно - бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье
- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия
- Виды междугорного транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета
- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

2. Обучающиеся должны уметь:

- Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи
- Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ
- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки
- Зашивать одежду по распорوشемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани
- Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности всемье

- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми
- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом
- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов
- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города
- Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки
- Обращаться с вопросами к работникам ДЮОЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.

В 7 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.
- Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- Назначение и различие универмага и универсама.
- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
- Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

2. Обучающиеся должны уметь:

- Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

В 8 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.
- Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки

- Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.
- Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.
- Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду
- Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно - гигиенические требования к данным помещениям.
- Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки
- Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.
- Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления
- Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи
- Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

2. Обучающиеся должны уметь:

- Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок
- Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам
- Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки
- Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения и духи
- Мыть кафельные стены, чистить раковины
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с качеством.
- Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему
- Обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры

- Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

В 9 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

- Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1- 2 национальных блюд.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

2. Обучающиеся должны уметь:

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя вовремя приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.
- Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Обращаться с вопросами просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Основное содержание рабочей программы по СБО

5класс

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению. пагубное влияние на курение, алкоголя на здоровье и развитие детского организма. Воспитание силы воли.
«Одежда и обувь»	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.
«Питание»	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.
«Семья»	Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.
«Культура поведения»	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и селе. Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир, подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома, школы.
«Транспорт»	Виды транспортных средств. Проезд в школу и домой. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.
«Торговля»	Виды торговых предприятий, их значение для обеспечения жизни и деятельности людей и животных. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые

специализированные магазины. Виды товаров фасованные, на развес и розлив. Порядок приобретения товаров. Срок годности и стоимость, хранение.

6 класс

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	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.
«Одежда и обувь»	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.
«Питание»	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.
«Семья»	Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
«Жилище»	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.
«Транспорт»	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.
«Торговля»	Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины

	промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара. Хранение чека для возможности обмена, предусмотренного правилами торговли.
«Средства связи»	Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.
«Медицинская помощь»	Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.
«Учреждения, организации и предприятия»	Дошкольные учреждения и их назначения, работники.

7класс

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.
«Одежда и обувь»	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат.использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.
«Питание»	Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.
«Семья»	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.
«Культура поведения»	Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки
«Жилище»	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.
«Транспорт»	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные

	службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов, порядок сдачи и получения его.
«Торговля»	Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.
«Средства связи»	Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
«Медицинская помощь»	Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.

8 класс

Темы	Краткое содержание тем
«Личная гигиена»	Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.
«Одежда и обувь»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка - знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.
«Питание»	Виды теста. Приготовления изделия из теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов.
«Семья»	Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек
«Культура поведения»	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.
«Жилище»	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборки кухни,

	ванной, санузла.
«Транспорт»	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.
«Торговля»	Рынки. Виды рынков. Различия рынка от магазина.
«Средства связи»	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02, 03, 04, 911 и т.п.), междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора
«Медицинская помощь»	Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев.
«Учреждения, организации и предприятия»	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.
«Экономика домашнего хозяйства»	Бюджет семьи, виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.

2 класс

Темы	Краткое содержание тем
«Одежда и обувь»	Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.
«Питание»	Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.
«Семья»	Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.

«Культура поведения»	Адекватность поведения в обществе. Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми
«Жилище»	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.
«Транспорт»	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.
«Торговля»	Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.
«Средства связи»	Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни
«Медицинская помощь»	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным.документы, подтверждающие нетрудоспособность.
«Учреждения, организации и предприятия»	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.
«Трудоустройство»	Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.

Учебно-тематический план по социально - бытовой ориентировки
предусматривает следующее распределение по часам:

По школьному учебному плану - 2 ч. в неделю, 68 часов в год; в 5 классе - 1 ч. в неделю, 34 часа в год

5 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Введение	1ч
2	«Личная гигиена»	4ч
3	«Одежда и обувь»	4ч
4	«Питание»	8ч
5	«Культура поведения»	6ч
6	«Жилище»	3ч
7	«Транспорт»	5ч
8	«Торговля»	3ч
ИТОГО:		34 часов

6 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	«Питание»	12
2	«Личная гигиена»	6
3	«Одежда и обувь»	8
4	«Семья»	4
5	«Культура поведения»	4
6	«Жилище»	6
7	«Транспорт»	8
8	«Торговля»	4

9	«Средства связи»	8
10	«Медицина»	6
11	«Учреждения, организации и предприятия»	2
ИТОГО:		68 часов

7 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	«Питание»	12ч
2	«Личная гигиена»	8ч
3	«Одежда и обувь»	8ч
4	«Семья»	2ч
5	«Культура поведения»	4ч
6	«Жилище»	6ч
7	«Транспорт»	6ч
8	«Торговля»	8ч
9	«Средства связи»	4ч
10	«Медицина»	8ч
11	«Учреждения, организации и предприятия»	2ч
ИТОГО:		68 часов

8 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	«Питание»	12ч
2	«Личная гигиена»	8ч
3	«Одежда и обувь»	8ч
4	«Семья»	2ч
5	«Культура поведения»	4ч

6	«Жилище»	6ч
7	«Транспорт»	6ч
8	«Торговля»	8ч
9	«Средства связи»	4ч
10	«Медицина»	8ч
11	«Учреждения, организации и предприятия»	2ч
ИТОГО:		68 часов

9 класс

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	«Одежда и обувь»	6ч
2	«Питание»	8ч
3	«Семья»	4ч
4	«Культура поведения»	2ч
5	«Жилище»	4ч
6	«Транспорт»	4ч
7	«Торговля»	4ч
8	«Средства связи»	6ч
9	«Медицина»	6ч
10	«Учреждения, организации и предприятия»	2ч
11	«Трудоустройство»	24ч
ИТОГО:		68 часов

