

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа №34»

Рассмотрена на заседании МС Средней школы
№34 от 31.08.2020 Протокол №1

Утверждена приказом директора
от 31.08.2020 №117

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Социально-бытовая ориентировка»

**по адаптированной основной общеобразовательной программе
основного общего образования для детей с умственной отсталостью**

5-9 классы

на 2020-2021 учебный год

Составитель:

Федотова А.А.

город Каменск-Уральский

2020-2021 учебный год

Пояснительная записка.

Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Настоящая рабочая программа составлена на основе программы специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида по СБО под редакцией В.В. Воронковой.

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им 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.

Общее количество часов по программе в 5 – 9 классах – 68 часов. Программа позволяет систематизировать знания, умения и навыки, полученные детьми при изучении других предметов, закрепляет их. Так, навыки обучения устному счету закрепляются при изучении тем «Питание», «Бюджет семьи» и т.д., умение осознанно понимать прочитанный текст – при заполнении различных бланков, чтении инструкций по использованию и эксплуатации бытовых приборов, правил техники безопасности и т.п.

Расширение кругозора учащихся, умение ориентироваться в условиях города, в быту также является одной из важных задач. Воспитание культуры поведения, личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости, элементов трудовой культуры неразрывно связано с изучением любой темы.

Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Это позволяет 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 умений и навыков и формирования новых.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса учащихся, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений и навыков, полученных на уроках русского языка.

Особое внимание следует обратить на проведение практических работ. Для обеспечения более полного усвоения предлагаемого материала учитель должен исходить из такого принципа обучения

ребенка с проблемами в умственном развитии: «Расскажи – я понял только малую часть, покажи – я понял половину, сделай со мной – я понял все».

Не менее важное место отводится проведению экскурсий, которые рассматриваются как самостоятельный урок. Они могут быть вводными, текущими, итоговыми,

Занятия по СБО проводятся в соответствии с санитарно – гигиеническими требованиями и соблюдением техники безопасности в отдельном кабинете или блоке помещений.

Цель программы: максимальная подготовка обучающихся к самостоятельной жизни, социальной адаптации в обществе.

Задачи программы:

- практическая подготовка детей к самостоятельной жизни и труду;
- формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- повышение уровня общего развития школьников.

Принципы построения программы:

- систематичность и последовательность в изучении материала;
- изложение материала от простого к сложному;
- опора на жизненный опыт обучающихся;
- практическая направленность.

В программу включены следующие темы занятий:

- **«Личная гигиена» – 5-8 класс (18 часов):**

Значение личной гигиены. Правила личной гигиены. Гигиена зрения. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие детского организма. Губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на организм человека. Особенности личной гигиены подростка. Правила и приемы сохранения чистоты тела. Особенности ухода за кожей лица. Уход за волосами. Значение косметики для юноши и девушки. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием косметических средств. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Значение выполнения санитарно-гигиенических процедур по уходу за кожей тела. Виды водных процедур. Принадлежности для принятия водных процедур. Санитарно-гигиенические требования к ним.

- **«Питание» - 5-9 класс (55 часов):**

Значение питания в жизни и деятельности людей. Основные продукты питания. Виды и назначение посуды и кухонных принадлежностей. Правила пользования и уход. Гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении и хранении пищи. Завтрак. Сервировка стола к завтраку. Гигиена приготовления пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: мясных, рыбных и др. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Правила и приемы ухода за посудой с применением химических средств. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. Виды питания. Меню на один день, неделю. Использование

механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Виды теста. Изделия из разных видов теста. Заготовка продуктов впрок. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Национальные блюда.

- **«Одежда и обувь» - 5-9 класс (32 часа):**

Виды и назначение одежды. Уход за одеждой. Виды и назначение обуви. Уход за обувью. Виды и назначение головных уборов. Значение опрятного вида человека. Мелкий ремонт одежды. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей.

Глажение фартуков, косынок. Значение продления срока служения одежды. Ремонт одежды. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей. Стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения белья, брюк. Прачечная. Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка. Стиль одежды. Мода. Обновление одежды. Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен с одежды.

- **«Семья» - 5-9 класс (19 часов):**

Родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношения между членами семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи. Помощь родителям в уходе за младшими детьми. Тихие и подвижные игры. Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, игрушек.

Уход за грудным ребенком. Условия создания семьи. Распределение обязанностей в семье. Семейные традиции.

- **«Культура поведения» - 5-9 класс (17 часов):**

Значение осанки для общего здоровья. Формы обращения к разновозрастным группам с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом. Правила поведения в общественных местах. Правила общения со старшими и младшими по возрасту, со сверстниками. Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к визиту в гости. Подарки.

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. Прием гостей. Правила хорошего тона в обращении с друзьями.

- **«Жилище» - 5-9 класс (22 часа):**

Виды жилых помещений в городе и селе. Варианты квартир. Коммунальные удобства, их назначение. Почтовый адрес школы и дома. Гигиенические требования к жилому помещению, меры по их обеспечению. Повседневная уборка квартиры. Средства по уходу за жилищем. Использование пылесоса. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Регулярная и сезонная уборка квартиры. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия. Уборка кухни. Моющие средства для уборки. Уборка санузла, ванны. Моющие и чистящие средства. Интерьер квартиры. Рациональная расстановка мебели. Сохранение жилищного фонда.

- **«Транспорт» - 5-9 класс (24 часа):**

Виды транспортных средств. Правила пользования городским транспортом. Виды городского транспорта. Правила пользования. Пригородные поезда. Междугородний железнодорожный транспорт. Виды пассажирских вагонов. Вокзалы. Их назначение и службы. Правила поведения на вокзале и в дороге. Междугородний автотранспорт. Его назначение. Автовокзал. Его назначение и службы. Значение водного транспорта. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов.

- **«Торговля» - 5-9 класс (30 часов):**

Виды торговых предприятий. Продовольственные магазины, их назначение, отделы. Виды товаров. Порядок приобретения. Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров. Порядок приобретения товаров. Универмаги и универсамы. Их назначение. Отделы, секции. Ассортимент товаров. Порядок приобретения. Отделы распродаж. Виды рынков. Отделы рынков. Различия рынка от магазина. Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения.

- **«Средства связи» - 6-9 класс (24 часа):**

Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и порядок отправления. Виды бандеролей. Порядок отправления. Письма. Порядок отправления. Наложённый платеж. Виды телефонной связи. Междугородняя телефонная связь. Культура разговора по телефону. Телефоны экстренного вызова. Виды связи. Особенности и значение. Виды денежных переводов.

- **«Медицинская помощь» - 6-9 класс (28 часов):**

Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений. Меры предупреждения глистных заболеваний. Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения. Первая помощь при несчастном случае. Меры по предупреждению несчастных случаев. Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.

- **«Экономика домашнего хозяйства» - 8 класс (4 часа):**

Бюджет семьи. Сбережения. Виды и назначение.

- **«Учреждения и организации» - 6-9 класс (18 часов):**

Департамент, муниципалитет, милиция. Детские организации. Их назначение. Предприятия бытового обслуживания. Правила пользования услугами службы быта.

- **«Трудоустройство» - 9 класс (12 часов):**

Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Деловые бумаги.

Предполагаемые результаты:

- Повышение социальной готовности выпускников;
- Улучшения уровня знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- Активизация работы обучающихся по повышению общего уровня развития.

Критерии изучения эффективности программы:

Критерии изучения эффективности	Средства и методы изучения	Ответственные
1. Социальная готовность выпускников -отношение к здоровью (личная гигиена); - значение питания; -знания об одежде и обуви; -уровень теоретической и практической ориентации в родственных связях; -осведомлённость в области торговли, транспорта, средств связи, жилищного вопроса; -культура поведения; -мед.помощь; -экономика домашнего хозяйства; -знания об учреждениях и организациях, трудоустройстве.	Итоговая аттестация выпускников <ul style="list-style-type: none"> • Анкета для выпускников УГПД; • Тестирование; • Собеседование. 	Учитель СБО Зам. дир по УВР Зам. дир по ВР Психолог Классный руководитель
2. Сформированность житейских умений и навыков по темам программы.	1.Наблюдение. 2.Тестирование 1-2 раза в год. 3.Конкурс «Лучший по СБО» 4.Неделя СБО.	Учитель СБО Зам. дир по УВР Зам. дир по ВР Воспитатели Классные руководители
3. Постинтернатное устройство выпускников.	Катамнез выпускников.	Зам. дир по ВР Классный руководитель

**Тематический план
СБО 5 класс**

№	Раздел темы	Количество часов всего	Теоретические занятия	Практические работы
1	Личная гигиена	10	5	5
2	Одежда и обувь	8	4	4
3	Питание	12	6	6
4	Семья	8	4	4
5	Культура поведения	8	4	4
6	Жилище	7	4	3
7	Транспорт	7	4	3
8	Торговля Контрольно - обобщающий урок.	7 1	4	3
	Всего:	68	35	32

5 класс (68 часов).

Тема: Личная гигиена. 10 часов.

1. Значение личной гигиены. Её значение для здоровья и жизни человека.

правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота.

2. Содержание в чистоте и порядке личных вещей (индивидуального пользования): носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки.

3. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.

Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.

3. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие детского организма и окружающих.

Воспитание силы воли.

Знать:

-последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;

-периодичность и правила чистки ушей;

-правила освещенности рабочего места;

-правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;

-правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;

-о вреде курения, алкоголя;

Уметь:

-совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;

-стричь ногти на ногах и руках;

-стирать индивидуальные и личные вещи и содержать их в чистоте

-беречь свое зрение;

-корректно отказываться от предлагаемых сигарет, алкоголя, проявив силу воли.

Практические работы:

-Выполнение утреннего и вечернего туалета;

- чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног, расчесывание волос, подмывание на ночь;

-Стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем; стирка носового платочка, трусиков, носок;

-установка настольной лампы на рабочем месте;

Тема: Одежда и обувь. 8 часов.

1. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.

2. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Знать:

-виды одежды, обуви и головных уборов, их назначение;

-правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);

Уметь:

- подбирать одежду, обувь и головные уборы по сезону;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения;
- сушить мокрую одежду и обувь;
- чистить одежду;
- подбирать крем и чистить обувь.

Практическая работа:

Сушка и чистка домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.

Тема: Питание. 12 часов.

- 1.Значение питания в жизни и деятельности людей.
2. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.
3. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей
4. Место приготовления пищи и оборудование его.
5. приготовление пищи не требующей тепловой обработки.
6. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.
- 7.Сервировка стола к завтраку.

Знать:

- санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи;
- назначение кухонных принадлежностей и посуды;
- санитарно-гигиенические требования к средствам по уходу за посудой;
- правила пользования электроплитой;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами и кипятком;
- правила хранения продуктов в холодильнике;
- виды бутербродов;
- правила заваривания чая;
- правила сервировки стола
- правила мытья посуды и уборки помещения.

Уметь:

- прочитав рецепт блюда, подобрать продукты для его приготовления
- резать ножом продукты для бутербродов;
- нарезать овощи для салата;
- накрыть стол с учетом конкретного меню;
- мыть и чистить посуду и кухонные принадлежности;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.
- строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами.

Практические работы:

- Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов;
- нарезка хлеба, сырых и вареных овощей;
- Приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки овощной на кефире, напитка из варенья;
- сервировка стола с учетом различных меню;
- мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения;
- стирка салфеток;

Тема: Семья. 8 часов

1.Родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).

2.Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.

Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь

Знать:

- родственные отношения в семье;
- состав семьи, имена, фамилии, отчества и возраст членов семьи;
- обязанности детей по отношению к родителям.

Уметь:

- записать имя, отчества и фамилию членов семьи;
- выполнять правила поведения в семье.

Практические работы:

беседа с родителями и составление родового древа.

Тема: Культура поведения. 8 часов.

1.Значение осанки при ходьбе, в положении сидя для общего здоровья.

Формы исправления осанки.

2.Формы обращения к разновозрастным группам с просьбой, вопросом.

3.Правила поведения за столом.

Знать:

- требования к осанке;
- формы обращения с просьбой, вопросом;
- правила поведения при встрече и расставании;
- правила поведения за столом.

Уметь:

- принимать правильную позу в положении сидя и стоя, во время беседы;
- следить за своей походкой, жестикуляцией;
- употреблять правильные речевые обороты при разговоре с разновозрастными группами людей;
- вежливо обращаться в различных ситуациях с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;

-правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, красиво и аккуратно принимать пищу.

Практические работы:

- выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки;
- Ролевая игра - ситуативные диалоги - при встрече, расставании и за столом.

Тема Жилище. 7 часов.

1. Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения.
2. Виды жилья: собственное, государственное.
3. Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции комнаты отдельные, смежные; по назначению - спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Рабочее место школьника. Виды отоплений в городе и деревне.
4. Почтовый адрес школы и дома.

Знать:

- виды жилых помещений в городе и селе и их различия;
- названия помещений в жилом доме, в городской квартире;
- почтовый адрес своего дома и школы- интерната;
- правила организации рабочего места школьника;

Уметь:

- писать адрес на конверте, открытке, переводе, телеграмме, телеграфном переводе;
- соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении.

Практические работы:

- заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конвертах и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе;
- организация рабочего места школьника.

Тема: Транспорт. 7 часов.

1. Виды транспортных средств.
2. Проезд в школу- интернат (маршрут, виды транспорта)
3. Поведение в транспорте и на улице.
4. Правила дорожного движения, дорожные знаки.

Знать:

- виды транспортных средств, имеющиеся в селе, городе;
- правила пользования городским транспортом;
- стоимость проезда и виды оплаты;
- наиболее рациональные маршруты проезда до школы;
- правила передвижения на велосипеде.

Уметь:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте и на остановке;

- выбирать наиболее рациональный маршрут проезда до школы;
- соблюдать правила дорожного движения;
- различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы- интерната и обратно.

Экскурсии:

Коллективные поездки в транспорте.

Практические работы:

- оплата проезда в транспорте;
- составление маршрута от дома до школы.
- изготовление знаков дорожного движения, встречающихся по дороге к дому, школе;
- рассчитать стоимость проезда от дома до школы и обратно;
- определить сумму денег, необходимую им на проезд в течение недели, месяца.

Тема: Торговля. 7 часов

- 1.Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизнедеятельности людей, животных.
2. Продуктовые магазины, их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.
4. Продуктовые специализированные магазины: «булочная», «овощи и фрукты»
5. 4.Виды товаров: фасованные и в развес и розлив.
5. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине с помощью продавца и самообслуживания.
6. Срок годности, стоимость. Хранение товаров фасованных и в развес, разлив.
7. Контрольно - обобщающий урок

Знать:

- основные виды магазинов и их назначение;
- виды отделов в продовольственном магазине;
- правила покупки товаров;
- правила поведения в магазине;
- правила покупки в магазине;
- стоимость хлебных, молочных продуктов, круп, десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

Уметь:

- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности;
- округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты;
- оплачивать покупку, проверить чек и сдачу;
- культурно вести себя с работниками торговли.

Практические работы:

- Экскурсия в продовольственный магазин: знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы.

-определенные сроки годности;

-приобретение продуктов, проверка чека и сдачи.

Тематический план по СБО 6 класс

№	Раздел темы	Кол-во часов всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Личная гигиена	6	3	3
2	Одежда и обувь	8	4	4
3	Питание	12	6	6
4	Семья	2	1	1
5	Культура поведения	4	2	2
6	Жилище	6	3	3
7	Транспорт	6	3	3
8	Торговля	8	4	4
9	Средства связи	6	3	3
10	Медицинская помощь	6	3	3
11	Учреждения, организации	4	2	2
	Всего:	68	34	34

6 класс. (68 часов).

Тема: Личная гигиена. 6 часов.

1. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья.

Способы закаливания -2 часа

2.Правила и приемы ухода за органами зрения.

Способы сохранения зрения. Гигиена чтения и письма.

Упражнения и время отдыха глаз. - 2 часа

3.Губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на живой организм. -2 часа

Знать:

-правила закаливания организма;

-приемы обтирания и мытья ног;

-правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов;

-о вреде наркотиков и токсичных.

Уметь:

-закаливать свой организм;

-соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий;

-отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсичные вещества, проявив силу воли, настойчивость.

Тема: Одежда и обувь. 8 часов.

1.Значение опрятного вида человека.

- 2 часа

2. Поддерживание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, зашивание распорвшегося шва. – 2 часа
3. Правила и приемы ручной стирки изделий из хлопчатобумажной ткани. – 2 часа
4. Глажение фартуков, косынок, носовых платков. – 2 часа

Знать:

- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами;
- правила стирки изделий из х/б и шелковых тканей.

Уметь:

- пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки и вешалки;
- зашивать одежду по распорвавшемуся шву;
- подшить платье, брюки, рубашки;
- подбирать моющие средства для стирки изделий из х/б тканей;
- стирать изделия из цветных х/б тканей;
- гладить их.

Тема: Питание. 12 часов.

1. Гигиена приготовления пищи. – 2 часа
2. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. – 2 часа
3. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных. – 2 часа
4. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. – 2 часа
5. Приготовление блюд из круп. – 1 час
6. Приготовление блюд из макаронных изделий. – 1 час
7. Составление рецепта приготовления блюд. – 2 часа
8. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. – 2 часа

Знать:

- способы выбора доброкачественных продуктов;
- приготовление каши, заварка чая, варка яиц разного состояния;
- способы хранения продуктов и готовой пищи;
- правила составления рецепта блюда.

Уметь:

- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности;
- приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности;
- составить рецепт блюда;

-вымыть, вычистить посуду.

Тема: Семья. 2 часа.

1. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи. -2 часа

Знать:

- место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников;
- как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи;
- свои права и обязанности в семье.

Уметь:

- рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности;
- выполнять определенные обязанности в семье.

Тема: Культура поведения. 4 часа.

1. Правила поведения в общественных местах (театре, музее, библиотеке). - 2 часа
2. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. - 2 часа

Знать:

- правила поведения в зрелищных и культурно – просветительских учреждениях;
- способы ведения разговора со старшими, сверстниками.

Уметь:

- культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

Тема: Жилище. 6 часов.

1. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. - 2 часа
2. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения.
Использование в уборке электропылесоса. - 2 часа
3. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка). - 2 часа

Знать:

- гигиенические требования к жилому помещению;
- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;
- правила пользования электропылесосом;
- санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами.

Уметь:

- проводить сухую и влажную уборку помещения;

- чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи;
- чистить мебель;
- соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами.

Тема: Транспорт. 6 часов.

- 1.Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый проездной, проездной единый билет). – 2 часа
- 2.Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, разные точки города, в ближайшие населенные пункты. – 2 часа
- 3.Пригородные поезда. Расписание. – 2 часа

Знать:

- виды междугороднего транспорта;
- стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билетов);
- порядок приобретения билетов и талонов;
- компостирование талонов.

Уметь:

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;
- ориентироваться в расписании движения пригородных поездов;
- определять направления и зоны.

Тема: Торговля. 8 часов.

- 1.Магазины промышленных товаров и их отделы. – 2 часа
- 2.Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книги», «Обувь», «Мебель». – 2 часа
3. Порядок приобретения товара, оплата. Хранения чека. – 2 часа
4. Экскурсия в магазин. – 2 часа

Знать:

- виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы;
- правила поведения в магазине и общения с работниками магазина;
- правила покупки товаров;
- стоимость наиболее необходимых товаров (одежды, обуви, посуды и других, частоиспользуемых товаров).

Уметь:

- выбрать нужный товар;
- выяснить срок гарантии на его использование;
- оплатить, проверить чек и сдачу;
- вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя.

Тема: Средства связи. 6 часов.

1. Основные средства связи (почта, телефон, телеграф, компьютер), их значение. – 1 час
2. Почта. Виды почтовых отправлений. – 1 час
2. Виды писем (открытое, закрытое, простое, заказное, с уведомлением).
Порядок отправления письма различного вида.
Стоимость пересылки телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. – 2 часа
3. Телеграф. Виды

Знать:

- основные средства связи;
- виды почтовых отправлений;
- стоимость почтовых услуг при отправке писем, телеграмм.

Уметь:

- находить индекс почтового отделения по справочнику;
- записать адрес на конверте;
- составить текст телеграммы;
- заполнить телеграфный бланк, подсчитывать стоимость телеграммы.

Тема: Медицинская помощь. 6 часов.

1. Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). – 2 часа
2. Виды медицинских учреждений (поликлиника, больница, диспансер, аптека), их назначение в оказании медицинской помощи.
Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистратор, фармацевт). – 2 часа
3. Виды врачебной помощи (помощь на дому, «Скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация). – 1 час
3. Меры предупреждения глистных заболеваний. – 1 час

Знать:

- способы вызова врача на дом;
- меры по предупреждению глистных заболеваний;
- функции основных врачей – специалистов;
- основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др., инструкции к применению лекарственных средств, составляющих домашнюю аптечку;
- о возможном вреде самолечения.

Уметь:

- записаться на прием к врачу;
- вызывать врача на дом;

- в экстренных случаях врачей «скорой помощи»;
- приобрести лекарство в аптеке.

Тема: Учреждения, организации, предприятия. 4 часа.

1. Дошкольные учреждения (детские сады с ясельной группой и без нее, школа, гимназия, лицей, колледж, дома детского творчества, музыкальная школа, школа искусств). – 1 час
2. Дом детского творчества, его назначения, кружки. – 2 часа
3. Обобщающий урок. – 1 час

Знать:

- виды детских учреждений и назначение;
- адрес дома детского творчества;
- какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети.

Уметь:

- обращаться к работникам ДДТ;
- правильно вести себя на занятиях, в игротеке, в читальном зале;
- соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.

**Тематический план
по СБО 7 класс**

№	Раздел темы	Количество часов всего	Теоретические занятия	Практические работы
1	Личная гигиена	4	2	2
2	Одежда и обувь	8	4	4
3	Питание	8	4	4
4	Семья	2	1	1
5	Культура поведения	4	2	2
6	Жилище	4	2	2
7	Транспорт	6	4	2
8	Торговля	8	6	2
9	Средства связи	8	4	4
10	Медицинская помощь	10	6	4
11	Учреждения, организации	6	4	2
	Всего:	68	39	29

7 класс (68 часов).

Тема: Личная гигиена. 4 часов.

1. Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами. 2

2. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос. 2

Знать:

- значение выполнения правил личной гигиены для здоровья;
- способы определения типа кожи;
- правила ухода за кожей лица;
- виды косметических средств для ухода за кожей лица;
- способы определения типа волос;
- виды косметических средств для ухода за волосами.

Уметь:

- выполнять правила личной гигиены;
- определять тип кожи и волос;
- соблюдать правила ухода за кожей лица и волосами;
- подбирать шампунь в зависимости от типа волос;
- соблюдать периодичность мытья волос в зависимости от их состояния;
- применять различные виды косметических средств по уходу за кожей лица.

Практические работы:

- мытье тела и волос под присмотром взрослых;
- подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния(жирные, сухие, нормальные);

Тема: Одежда и обувь. 8 часов.

1.Значение продления срока служения одежды. Виды штопки, наложение заплат. 2 2.Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей. Стирка изделий из шелка вручную. 2

3.Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. 2

4.Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной. 2

Знать:

- особенности стирки цветного и белого белья;
- правила пользования моющими средствами;
- устройство стиральной машины и правила пользования ею;
- санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды и стирке вручную и с помощью стиральной машины санитарно- гигиенические требования -

последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей, а так же постельного белья, полотенец, скатертей;

- назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную;
- правила пользования прачечной самообслуживания.

Уметь:

- ремонттировать разорванные места одежды: разными видами штопки, накладыванием заплат; при помощи штопки и заплаты;
- стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины;
- гладить одежду и белье.

Практические работы:

- ремонт одежды: штопка и наложение заплат;
- стирка мелких изделий из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины, соблюдая правила безопасности в работе;
- стирка изделий из шелка - в ручную;
- экскурсия в прачечную, знакомство со стоимостью услуг, прейскурантом на определенные виды стирки.

Тема: Питание. 8часов.

1.Виды питания.	2
2.Значение первых и вторых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов.	2
3. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи	2
4. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю	2

Знать:

- виды питания, их особенности;
- значение первых и вторых блюд;
- правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.

Уметь:

- пользоваться механическими и электробытовыми приборами, мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером) и др.;
- приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов;
- составить меню завтрака, обеда, ужина на день.

Практические работы:

- знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами;
- чтение рецептов и подбор продуктов;

- приготовление щей из свежей капусты;
- приготовление киселя, компота;
- соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.

Тема: Семья. 2 часа.

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми- умыывание, одевание, обувание, причесывание; в соблюдении чистоты и порядка в школе- интернате, дома. 2

Знать:

- правила ухода за младшими детьми;
- различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки.

Уметь:

- ухаживать за младшими детьми;
- объяснять им правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры;
- помогать младшим при уборке игрушек;
- рассказывать им сказки;
- петь с ними детские песенки.

Практические работы:

- оказание помощи первокласснику в одевании на прогулку;
- разучивание с ними тихих и подвижных игр;
- проведение игр с младшими школьниками.

Тема: Культура поведения. 4 часов.

1. Правила приема приглашения в гости и формы отказа. 2
 2. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки;
 2

Знать:

- правила поведения: при встрече и расставании, правила поведения в гостях,
- правила поведения при вручении и приеме подарка.

Уметь:

- 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.

Практические работы:

- изготовление несложных сувениров;
- сюжетная игра « В гости к»

Тема: Жилище. 4 часа.

1.Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.

Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости.

2

2.Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

2

Знать:

- последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения;
- способы и периодичность ухода за окнами;
- виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;
- способы утепления окон;
- правила топki печей и заготовки топлива;
- правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытия.

Уметь:

- убирать жилые помещения;
- мыть зеркала и стекла;
- утеплять окна;
- ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- топить печку с учетом местных особенностей.

Практические работы:

- сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним;
- мытье полов.

Тема: Транспорт. 6 часов.

1.Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная службы вокзалов. Расписание поездов. 2

2.Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его. 2

3.Экскурсия на вокзал. 2

Знать:

- функции железнодорожного транспорта;
- тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий);
- примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния);
- виды справочных служб, камер хранения;
- сроки и стоимость хранения багажа;
- о сроках и месте возврата приобретенного билета.

Уметь:

- ориентироваться в расписании;
- приобрести билеты ж/д кассе;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;
- ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом;
- выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте.

Практические работы:

- определить пункт назначения;
- выбрать вид поезда (пассажирский, скорый) и типы вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий).
- уточнить стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона, выяснить свои возможности.

Тема: Торговля. 8 часов.

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. Универмаги и универсамы. Их назначение. | 2 |
| 2. Сельмаг и сельпо. Их назначение | 2 |
| 3. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. | 2 |
| 4. Порядок приобретения товара (выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия, примерка одежды и обуви, головного убора.). | |
| Оплата в кассе, получение чека, сдачи, хранение чека. | 2 |

Знать:

- назначение универмагов, универсамов;
- различия между ними;
- за какими товарами лучше обратиться в универмаг, за каким в универсам;
- стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и подобных товаров.

Уметь:

- найти нужные товары в отделах универмага или универсама;
- приобретать товары с учетом необходимости в потребности их и финансовым возможностям.

Практические работы:

экскурсия в универсам - самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара и по собственному желанию.

Тема: Средства связи. 8 часов.

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением).
Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. | 2 |
| 2. Посылки. Виды упаковок. Правила отправления.
Стоимость отправления. | 2 |
| 3. Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом. | 2 |
| 4 Экскурсия на почту. | 2 |

Знать:

- перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;

- максимальный вес почтовых отправлений;
- виды и способы упаковок;
- виды почтовых отправлений.

Уметь:

- заполнять бланк на отправку бандероли, посылки;
- составить опись посылаемых предметов;
- упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке;
- определить стоимость почтовых отправлений.

Практические работы:

- заполнение бланков на отправку бандероли, посылки;
- упаковки бандероли, посылки;
- определение стоимости отправки простых и ценных посылок.

Тема: Медицинская помощь. 10 часов.

- | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| 1.Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.) | 2 | |
| 2.Лекарственные растения в домашней аптечке. | 2 | |
| 3. Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны. | | 2 |
| 4. Меры предупреждения переломов. | 2 | |
| 5 . Экскурсия в травмопункт, наблюдение за накладыванием гипса при переломе. | 2 | |

Знать:

- меры по предупреждению переломов;
- виды доврачебной помощи;
- правила обработки раны и наложения повязки;
- меры предупреждения осложнений после микротравмы;
- правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).

Уметь:

- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи;
- готовить настои, отвары из лекарственных растений;
- обрабатывать раны, накладывать повязки.

Учреждения, организации и предприятия. 6 часов

- | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| 1. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села. | 2 | |
| 2. Экскурсия на предприятие | 2 | |
| 3.Контрольно - обобщающий урок. | | 2 |

Знать:

- местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия;
- название цехов, отделов, рабочих специальностей;
- виды выпускаемой продукции.

Уметь:

- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Практические работы:

экскурсия на ближайшее промышленное предприятие для ознакомления с их деятельностью и с основными профессиями.

Тематический план по СБО 8 класс

№	Раздел темы	Кол-во часов всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Личная гигиена	4	2	2
2	Одежда и обувь	8	4	4
3	Питание	12	6	6
4	Семья	6	3	3
5	Культура поведения	4	2	2
6	Жилище	4	2	2
7	Транспорт	6	3	3
8	Торговля	4	2	2
9	Средства связи	6	3	3
10	Медицинская помощь	6	3	3
11	Учреждения, организации	4	2	2
12	Экономика домашнего хозяйства	4	2	2
	Всего:	68	34	34

8 класс (68 часов). Тема: Личная**гигиена. 4 часа.**

1.Значение косметики для юноши и девушки. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием косметических средств. -2

2.Значение здоровья для жизни и деятельности человека. -2

Знать:

- правила ухода за кожей лица;
- виды косметических средств и правила пользования ими;
- факторы, влияющие на состояние здоровья человека.

Уметь:

- применять различные виды косметических средств для ухода за кожей лица;
- использовать подручные средства дополнительно к косметическим средствам.

Тема: Одежда и обувь. 8 часов.

1 .Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. -4

2.Правила и приемы глажения блузок, рубашек. -2

3.Химчистка.

-2

Знать:

- правила стирки шерстяной и синтетической одежды;
- средства для стирки шерстяной и синтетической одежды;
- правила утюжки рубашек и блузок;
- назначение химчистки.

Уметь:

- стирать шерстяные и синтетические вещи, подбирать средства для стирки;
- гладить блузки и рубашки;
- соблюдать правила техники безопасности при работе утюгом.

Тема: Питание. 12 часов.

1 .Виды теста. Изделия из разных видов теста.

-8

2.Заготовка продуктов впрок.

-4

Знать:

- способы приготовления различных видов теста;
- рецепты и способы выпекания изделий из теста;
- способы заготовки продуктов впрок.

Уметь:

- приготовить разные виды теста и изделия из них;
- записать рецепт;
- заготовить продукты впрок;
- соблюдать правила техники безопасности при работе с горячей жидкостью и электроплитой.

Тема: Семья. 6 часа

1 .Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, игрушек.

-2.

2.Уход за грудным ребенком.

-2

3.Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек

-2

Знать:

- список необходимых для младенца вещей;
- санитарно-гигиенические правила содержания детских принадлежностей;
- правила ухода за ребенком (купание, пеленание, кормление);
- режим грудного ребенка.

Уметь:

- выполнять уход за грудным ребенком.

Тема: Культура поведения. 4 часа.

1 .Культура общения юноши и девушки.

-2

2. Внешний вид молодых людей.

-2

Знать:

- правила общения юноши и девушки;
- требования к внешнему виду молодых людей.

Уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве;
- правильно подбирать косметические средства, украшения, одежду, учитывая возраст, индивидуальные особенности, ситуацию.

Тема: Жилище. 4 часа.

1. Уборка кухни. Моющие средства для уборки.

-2

2. Уборка санузла, ванны. Моющие и чистящие средства.

-2

Знать:

- санитарно-гигиенические требования к содержанию кухни, ванны и санузла;
- моющие и чистящие средства для уборки;
- правила пользования моющими средствами.

Уметь:

- проводить уборку кухни, ванны, санузла;
- подбирать моющие и чистящие средства, пользоваться инструкциями к ним.

Тема: Транспорт. 6 часов.

1. Междугородный автотранспорт. Его назначение.

-2.

2. Автовокзал. Его назначение и службы.

-2

3. Значение водного транспорта.

-2

Знать:

- основные автобусные маршруты;
- службы автовокзала;
- правила поведения на автовокзале и в автобусе;
- виды и значение водного транспорта.

Уметь:

- пользоваться расписанием;
- обращаться за справкой;
- покупать билет;
- выполнять правила безопасности при поездке.

Тема: Торговля. 4 часа.

1. Виды рынков. Отделы рынков.

-2 часа.

2. Различия рынка от магазина.

-2 час.

Знать:

- виды рынков;

- отделы рынков и товары;
- отличие рыночной торговли от магазинной.

Уметь:

- ориентироваться на рынке;
- выбирать товары.

Тема: Средства связи. 6 часов.

- 1.Виды телефонной связи. -2
- 2.Междугородняя телефонная связь. -2
- 3.Культура разговора по телефону. Телефоны экстренного вызова. -2

Знать:

- виды телефонной связи, правила пользования; -правила пользования телефонным справочником; -номера срочного вызова; -виды междугородней связи, правила пользования.

Уметь:

- пользоваться различными видами телефонной связи; - получить справку по телефону;
- культурно разговаривать по телефону.

Тема: Медицинская помощь. 6 часов.

- 1 .Первая помощь при несчастном случае. -4
- 2.Меры по предупреждению несчастных случаев. -2

Знать:

- меры по предупреждению несчастных случаев в быту;
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: -при солнечном ударе, ожоге, обморожении, отравлении;
- приемы оказания помощи утопающему. **Уметь**
- оказать помощь при несчастном случае.

Тема Учреждения и организации. 4 часа.

- 1 .Департамент, муниципалитет, милиция. Их назначение. -2
- 2.Экскурсия в префектуру -2

Знать:

- адреса и функции необходимых учреждений;
- порядок обращения.

Уметь:

- обращаться с вопросами, просьбами к работникам учреждений.

Тема: Экономика домашнего хозяйства. 8 часов.

- 1 .Бюджет семьи. -2

2.Виды источников дохода. .	-2
3.Основные статьи расходов.	-2
4.Сбережения. Виды и назначение.	-1
5.Итоговое занятие	-1

Знать:

- основные части бюджета;
- статьи доходов;
- статьи расходов;
- тарифы и порядок оплаты услуг;
- стоимость крупных покупок;
- правила экономии;
- виды и цели сбережений.

Уметь:

- подсчитать бюджет семьи;
- подсчитать расходы, планируя их на месяц, неделю, день;
- снимать показатели счетчиков и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, воды, газа;
- планировать крупные покупки.

Тематический план по СБО 9 класс

№	Раздел темы	Кол-во часов всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Одежда и обувь	6	3	3
2	Питание	16	8	8
3	Семья	6	3	3
4	Культура поведения	4	2	2
5	Жилище	4	3	1
6	Транспорт	2	1	1
7	Торговля	4	2	2
8	Средства связи	4	2	2
9	Медицинская помощь	6	3	3
10	Учреждения, организации	4	2	2
11	Трудоустройство	12	6	6
	Всего:	68	35	33

9 класс. (68 часов)

Тема Одежда и обувь. 6 часов.

1 .Стиль одежды. Мода. Обновление одежды.	-2
2.Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением.	-2
3.Средства и правила выведения мелких пятен с одежды.	-2

Знать:

- размеры своей одежды и обуви;

- способы обновления одежды;
- средства и правила выведения мелких пятен с одежды;

Уметь:

- пользоваться журналами мод;
- подбирать одежду в соответствии с индивидуальными особенностями;
- выводить мелкие пятна на одежде.

Тема Питание. 14 часов.

- 1.Диетическое питание. -4
2. Питание детей ясельного возраста. -4
- 3.Национальные блюда. -4
- 4.Составление меню и сервировка праздничного стола. -4

Знать:

- значение диетического питания;
- особенности и важность правильного питания детей ясельного возраста;
- рецепты и способы приготовления некоторых национальных блюд.

Уметь:

- составить меню диетического и детского питания;
- приготовить диетические блюда и блюда для детей ясельного возраста;
- приготовить национальное блюдо.

Тема Семья. 6 часов.

- 1.Условия создания семьи. -2
- 2.Распределение обязанностей в семье. -2
- 3.Семейные традиции. -2

Знать:

- главные предпосылки, необходимые для создания семьи;
- основы нравственных устоев в семье;
- семейные традиции;
- обязанности, связанные с заботой о детях.

Уметь:

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку; - оказать внимание, поддержку, посильную помощь членам семьи.

Тема Культура поведения. 4 часов.

- 1 Адекватность поведения в обществе. -2
- 2.Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями. -2

Знать:

- правила этикета гостеприимства;
- правила сервировки стола;

-правила хорошего тона в обращении с друзьями.

Уметь:

-формулировать в устной и письменной форме приглашения, выражения благодарности;

-правильно сервировать стол;

-культурно общаться с друзьями.

Тема Жилище. 4 часа.

1 .Интерьер квартиры. Рациональная расстановка мебели. -2

2.Сохранение жилищного фонда. -2. **Знать:**

-правила расстановки мебели в квартире;

-требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;

-правила сохранения жилого фонда.

Уметь:

-рационально расставлять мебель в квартире;

-подбирать детали интерьера;

-обращаться в ЖЭУ в случае необходимости.

Тема Транспорт. 2 часа.

1.Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. -1

2.Маршруты. Порядок приобретения билетов. -1

Знать:

-основные маршруты самолетов;

-службы аэровокзала;

-стоимость полета;

-порядок приобретения и возврата билета;

-правила поведения в аэропорту;

-правила безопасности во время полета.

Уметь:

-ориентироваться в расписании;

-определять маршрут;

-выполнять правила поведения в аэропорту и во время полета.

Тема Торговля 2 часа.

1 .Значение ярмарок. -1

2.Виды ярмарок. Время и место проведения. -1

Знать:

-виды ярмарок;

-отличие ярмарки от рынка, магазина;

-цены ярмарочных товаров.

Уметь:

-приобретать товары на ярмарке.

Тема Средства связи. 4 часа.

1. Виды денежных переводов. -2

2. Виды связи. Особенности и значение. -2

Знать:

-современные виды связи (сотовая, интернет, автоответчик);

-стоимость услуг связи;

-виды денежных переводов.

Уметь:

-заполнить почтовый и телеграфный перевод;

-подсчитать стоимость отправления;

-оформить квитанцию по оплате телефонных услуг.

Тема Медицинская помощь. 6 часов.

1 .Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. -2

2.Уход за больным. -2

3.Документы, подтверждающие нетрудоспособность. -2

Знать:

-причины возникновения инфекционных заболеваний;

-способы распространения инфекционных заболеваний;

-профилактические меры;

-правила и приемы ухода за больным;

-условия освобождения от работы.

Уметь:

-строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания;

-выполнять правила ухода за больным.

Тема Учреждения и организации. 4 часа.

1 .Предприятия бытового обслуживания. -2

2.Правила пользования услугами службы быта. -2

Знать:

-местонахождение предприятий бытового обслуживания;

-перечень услуг;

-правила пользования услугами;

-стоимость услуг;

-профессии работников службы быта.

Уметь:

-обращаться с вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.

Тема Трудоустройство. 12 часов.

1 .Учреждения и отделы по трудоустройству.

-4

2.Оформление на работу.

-2 3.Деловые

бумаги.

-6 **Знать:**

-учреждения и отделы по трудоустройству;

-местонахождение и названия предприятий;

-виды документов, необходимых для устройства на работу;

-местонахождение отделения службы занятости;

-порядок обращения в службу занятости;

-перечень деловых бумаг.

Уметь:

-обращаться в отдел кадров, службу занятости;

-написать заявление о приеме на работу, расписку, автобиографию.

Контрольно- обобщающий урок. 2 часа