МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»

(МОУ СШ № 3)

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МОУ СШ № 3
от 12.08.2026 № 208

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ"
Дата: 2026.10.13 15:48:16 +03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«СОЦИАЛЬНО – БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

АООП О ИН (ВАРИАНТ 1)

5-9 КЛАСС

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу социально-бытовой ориентировки в 5-9 классах для обучающихся с нарушением интеллекта составлена в соответствии с программой обучения, выпущенной под редакцией В.В. Воронковой (Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений: Сб. 1. – М.: Владос, 2001);

- Федеральным законо РФ «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с нарушением интеллекта, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2015 г., регистрационный № 35850).
- Федеральной адаптированой основной общеобразовательной программой обучающихся с нарушением интеллекта, утвержденой приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62296), действующими до 1 марта 2027 г., и санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующими до 1 января 2027 г.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушением интеллекта (вариант1) МОУ СШ № 3 г. Волжского

Программа рассчитана на 304 часа: 5 класс – 1 час в неделю (34 часа), 6 класс – 2 часа в неделю (68 часов), 7 класс – 2 часа в неделю (68 часов), 8 класс – 2 часа в неделю (68 часов), 9 класс – 2 часа в неделю (66 часов), в том числе количество часов для проведения практических работ.

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 развития учащихся.

Личностными результатами изучения курса являются:

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

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- в результате выполнения под руководством учителя коллективных 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; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Учебная программа по СБО строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс, за исключением разделов «Экономика домашнего хозяйства» и «Профориентация и трудоустройство», которые изучаются в 8-9 классах. Например, если в 5 классе по теме «Одежда и обувь» к концу года учащиеся должны знать только виды одежды и обуви, их назначение и уход за ними, то в 7 классе знания и умения в значительной степени расширены: особенности стирки одежды и белья, правила пользования стиральной машиной и моющими средствами, назначение прачечной и пользование ею. В 9 классе эта тема предусматривает овладение навыками определить размер одежды и обуви, стиль, гарантийные сроки носки, способы обновления одежды и т. п.

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. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках СБО используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках СБО.

Практические работы – целесообразнее проводить, разделив учащихся с нарушением интеллекта на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации практиче-

ских работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

Экскурсии – им отводится значительное место в программе. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Так, при изучении раздела «Средства связи» в 6 классе проводится экскурсия на почту с целью расширения и закрепления знаний о почтовых отправлениях. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой. Например, работу по теме «Экономика домашнего хозяйства» в 8 классе следует закончить экскурсией в сбербанк.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод моделирования реальных сюжетных ситуаций и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях СБО используются все виды наглядности: натуральная (посуда, одежда, игрушки и др.); образная (рисунки, плакаты, картины); символическая (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); графическая (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); схематическая (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 5 классе учащиеся должны знать:

- значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения;
- 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;
- виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);
- родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их;
- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом;
- виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы-интерната, правила организации рабочего места школьника;

- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе, наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната, варианты проезда до школы рациональными видами транспорта, количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут, правила передвижения на велосипеде;
- виды магазинов, назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции, правила поведения в магазине, правила покупки товаров, стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис и т. п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

Учащиеся должны уметь:

- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- совершать вечерний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стричь ногти на руках, ногах, стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте, беречь зрение, корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье;
- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя, следить за своей походкой, жестикуляцией, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;
- писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конвертах, переводе, телеграмме, телеграфном переводе, соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу), соблюдать правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы-интерната и обратно;
- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности, округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты, оплатить, проверить чек и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

Основное содержание программы по разделам с указанием часов
(5 класс, 34 часа, 1 час в неделю)

Питание (6 часов)

Значение питания в жизни и деятельности человека. Разнообразие продуктов питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой. Сервировка стола. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды. Приготовление овощного салата.

Одежда и обувь (3 часа)

Значение одежды, головных уборов и обуви для человека. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. Правила и приемы ухода за обувью.

Личная гигиена (4 часа)

Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Утренний и вечерний туалет. Содержание в чистоте вещей личного пользования; здоровье и красота прически. Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению при чтении, письме и просмотре телепередач. Пагубное влияние алкоголя и курения на детский организм.

Семья (3 часа)

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношения между членами семьи.

Торговля (7 часов)

Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизни и деятельности человека. Продуктовые магазины и их отделы. Продуктовые специализированные магазины. Виды товаров, отпускаемых в продуктовых магазинах. Порядок приобретения товаров в продуктовых магазинах. Хранение продуктов питания. Срок годности продовольственных товаров.

Культура поведения (3 часа)

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего состояния здоровья. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Правила поведения за столом.

Жилище (5 часов)

Виды жилых помещений в городе и селе. Виды отопления в городе и селе. Разновидности жилья: собственное и государственное. Варианты квартир и подсобных помещений. Организация рабочего места школьника. Почтовый адрес дома и школы-интерната.

Транспорт (3 часа)

Виды транспортных средств города. Проезд до школы. Правила поведения в транспорте и на улицах города. Правила и знаки дорожного движения.

Тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 5 классе
34 часа

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Кол-во часов
I четверть (9 часов)			
Питание (6 часов)			
1.	Значение питания в жизни и деятельности человека. Разнообразие продуктов питания.	Формировать представление о значении продуктов питания для здоровья человека и о разнообразии продуктов питания.	1
2.	Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.	Дать представление о рационе питания; рассказать о влиянии правильного режима на здоровье человека.	1
3.	Место приготовления пищи и его оборудование. Правила и приемы ухода за посудой.	Познакомить учащихся с местом приготовления пищи; познакомить с оборудованием кухни и с названиями предметов кухни; дать представление о правилах и приемах ухода за посудой.	1
4.	Сервировка стола.	Дать представления о сервировке стола к различным приемам пищи.	1
5.	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды.	Ввести понятие бутерброда; научить готовить пищу, не требующую тепловой обработки на примере бутерброда.	1
6.	Приготовление овощного салата.	Дать представление о разновидностях салатов; научить готовить овощной салат.	1
Одежда и обувь (3 часа)			
7.	Значение одежды, головных уборов и обуви для человека.	Формировать представление о значении одежды и обуви для человека.	1
8.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	Учить пользоваться правилами и приемами повседневного ухода за одеждой.	1
9.	Правила и приемы ухода за обувью.	Познакомить с правилами и приемами повседневного ухода за обувью.	1
II четверть (7 часов)			
Личная гигиена (4 часа)			
10.	Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Утренний и вечерний туалет.	Расширить представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены; учить последовательности выполнения утреннего и вечернего туалета; тренировать правильно чистить зубы и уши; формировать навыки мытья головы; учить причесывать волосы, выбирать прическу.	1
11.	Содержание в чистоте вещей личного пользования; здоровье и красота прически.	Формировать у учащихся представление о том, что такое личные вещи; воспитание гигиенических навыков по уходу за личными вещами.	1
12.	Гигиена зрения, правила бережного от-	Формировать представление о значении зрения в жизни человека; систе-	1

	ношения к зрению при чтении, письме и просмотре телепередач.	матизировать правила охраны зрения при чтении и просмотре телепередач.	
13.	Пагубное влияние алкоголя и курения на детский организм.	Формировать знания о вреде курения и алкоголя; учить корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя; воспитывать силу воли.	1
Семья (3 часа)			
14.	Семья, родственные отношения в семье.	Формировать представление о родственных отношениях в семье; учить составлять родовое дерево.	1
15.	Состав семьи учащихся.	Выявить знания детей о семье, как зовут родственников в семье, их дни рождения.	1
16.	Взаимоотношения между членами семьи.	Сформировать представления о взаимоотношениях в семье.	1
III четверть (10 часов)			
Торговля (7 часов)			
17.	Виды торговых предприятий. Их значение для обеспечения жизни и деятельности человека.	Формировать представление о видах магазинов и их назначении.	1
18.	Продуктовые магазины и их отделы.	Познакомить с назначением продуктовых магазинов, их отделов и содержанием продукции.	1
19.	Продуктовые специализированные магазины.	Познакомить с назначением специализированных продуктовых магазинов, их отделов и содержанием продукции.	1
20.	Виды товаров, отпускаемых в продуктовых магазинах.	Формировать представление о видах товаров: фасованные и в развес.	1
21.	Порядок приобретения товаров в продуктовых магазинах.	Учить порядку приобретения товаров; учить правильно приобретать товар.	1
22.	Хранение продуктов питания.	Учить правилам хранения различных продуктов питания.	1
23.	Срок годности продовольственных товаров.	Учить умению выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности.	1
Культура поведения (3 часа)			
24.	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего состояния здоровья.	Познакомить с требованиями к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя; учить следить за своей осанкой.	1
25.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	Расширить знания детей о правилах поведения при встрече и расставании; формировать умение правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях.	1
26.	Правила поведения за столом.	Сформировать знания о правилах поведения за столом; учить правильно	1

		вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).	
IV четверть (8 часов)			
Жилище (5 часов)			
27.	Виды жилых помещений в городе и селе. Виды отопления в городе и селе.	Формировать представления о видах жилых помещений в городе и их различие; виды отопления.	1
28.	Разновидности жилья: собственное и государственное.	Формировать представление о собственном, государственном жилье.	1
29.	Варианты квартир и подсобных помещений.	Учить различать жилье по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др.	1
30.	Организация рабочего места школьника.	Дать представление о том, как правильно организовать рабочее место школьника.	1
31.	Почтовый адрес дома и школы-интерната.	Расширить знания детей о почтовом адресе своего дома и школы-интерната.	1
Транспорт (3 часа)			
32.	Виды транспортных средств города.	Формировать знания об основных транспортных средствах, имеющихся в городе, селе.	1
33.	Проезд до школы. Правила поведения в транспорте и на улицах города.	Знать наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; варианты проезда; учить соблюдать правила поведения в транспорте и на улице.	1
34.	Правила и знаки дорожного движения.	Учить соблюдать правила дорожного движения; формировать знания о правилах передвижения на велосипеде; знать основные дорожные знаки, встречающиеся на пути.	1
Итого			**34 часа**

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 6 классе учащиеся должны знать:

- правила закаливания организма, приёмы обтирания и мытья ног, правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов, о вреде наркотиков и токсических веществ;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами, правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шёлковых тканей;
- способы выбора доброкачественных продуктов, приготовление каши, заварка чая, варка яиц разного состояния, способы хранения продуктов и готовой пищи, правила составления рецепта блюда;
- место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников, как распределены хозяйственно-бытовые

обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье;

- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками;
- гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения сухой влажной уборки, правила пользования электропылесосом, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами;
- виды междугороднего транспорта, стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билетов), порядок приобретения билетов и талонов, компостирование талонов;
- 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, часто используемых товаров);
- перечень предметов, посылаемых бандеролью, в посылке, максимальный вес почтовых отправлений, виды и способы упаковок, виды почтовых отправлений;
- 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;
- виды детских учреждений и назначение, адрес дома детского творчества, какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети.

Учащиеся должны уметь:

- закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий, отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества, проявив силу воли, настойчивость;
- пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки, зашивать одежду по распоровшемуся шву, подшить платье, брюки, рубашки, подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей, стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей, гладить их;
- пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдать правила безопасности, приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности, составить рецепт блюда, вымыть, вычистить посуду;
- рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности и продуктивной их деятельности, выполнять определённые обязанности в семье;
- культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале, тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи, чистить мебель, соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами;
- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;
- выбрать нужный товар, выяснить срок гарантии на его использование, оплатить, проверить чек и сдачу, хранить чек в течение срока гарантии на товар, вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя;
- заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить опись посылаемых предметов, упаковать бандероль, посылку в твёрдой

упаковке, определить стоимость почтовых отправлений;

- записаться на приём к врачу, вызвать врача на дом, в экстренных случаях врачей «скорой помощи», приобрести лекарство в аптеке;
- обращаться к работникам ДДТ, правильно вести себя на занятиях, в игротеке, в читальном зале, соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.

Основное содержание программы по разделам с указанием часов (6 класс, 68 часов, 2 часа в неделю)

Одежда и обувь (6 часов)

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Личная гигиена (7 часов)

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения – контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство. Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых.

Транспорт (5 часов)

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната в разные точки города, посёлка, в ближайшие населённые пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Семья (4 часа)

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Учреждения и организации (4 часа)

Дошкольные учреждения – детские сады с ясельной группой и без неё, школа, УВК (детский сад-школа) – учебно-воспитательный комплекс, дома детского творчества (ДДТ), гимназия, лицей, колледж и их назначение.

Средства связи (6 часов)

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Международные и на территории своего государства. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Питание (13 часов)

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Жилище (7 часов)

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.)

Торговля (5 часов)

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Медицинская помощь (6 часов)

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Культура поведения (5 часов)

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

Тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 6 классе
68 часов

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Кол-во часов
I четверть (18 часов)			
Одежда и обувь (6 часов)			
1.	Значение опрятного вида человека. Поддержка одежды в порядке.	Формировать представление об опрятном виде человека, о требованиях, предъявляемых к внешнему виду школьника.	1
2.	Практическая работа «Пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок».	Дать учащимся представление о разновидностях пуговиц, их назначении; познакомить с правилами пришивания пуговиц, правилами безопасной работы с колющими инструментами.	1
3.	Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.	Познакомить учащихся с правилами и приёмами ручной стирки изделий из х/б тканей.	1
4.	Практическая работа «Стирка изделий из	Отработать полученные на предыдущем уроке навыки стирки изделий из	1

	х/б тканей».	х/б тканей.	
5.	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.	Познакомить учащихся с правилами глажения, техникой безопасности при работе с утюгом.	1
6.	Практическая работа «Глажение фартуков, косынок, салфеток и др.».	Отработать полученные на предыдущем уроке навыки глажения.	1
Личная гигиена (7 часов)			
7.	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека.	Ввести понятие закаливания; рассказать учащимся о значении закаливания организма.	1
8.	Правила и приёмы закаливания.	Познакомить учащихся с правилами и приёмами закаливания организма человека.	1
9.	Выбор сезонной одежды.	Научить детей правильно выбирать одежду в зависимости от времени года.	1
10.	Практическая работа «Разучивание комплекса упражнений для утренней зарядки».	Рассказать о значении утренней зарядки; разучить с учащимися комплекс упражнений для утренней зарядки.	1
11.	Уход за зрением. Способы сохранения зрения.	Познакомить учащихся с тем, как ухаживать за зрением, что необходимо делать для того, чтобы сохранить своё зрение.	1
12.	Губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на организм.	Рассмотреть вместе с учащимися в чём губительное влияние наркотиков и токсичных веществ на организм.	1
13.	Практическая работа «Просмотр учебных видеофильмов о вреде курения, алкоголя и наркотиков».	При просмотре видеофильмов закрепить знания учащихся о вреде алкоголя, никотина, наркотиков.	1
Транспорт (5 часов)			
14.	Основные транспортные средства.	Обобщить и углубить знания учащихся по данной теме.	1
15.	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Маршруты передвижения.	Вспомнить с учащимися виды городского транспорта; познакомить со способами оплаты проезда; выбрать маршруты передвижения по городу.	1
16.	Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.	Познакомить учащихся с таким средством передвижения, как пригородный поезд; каково расписание движения поездов; ввести понятие разовых и сезонных билетов.	1
17.	Способы заказа и приобретения билетов.	Рассказать учащимся о способах заказа и приобретения билетов.	1
18.	Экскурсия на вокзал. Наблюдение за приобретением билетов.	Во время экскурсии понаблюдать за тем, как приобретаются билеты в кассах.	1
II четверть (14 часов)			

Семья (4 часа)			
19.	Состав семьи учащихся. Родственные отношения в семье.	Выяснить знание учащимися членов их семей и ближайших родственников и их родственные отношения.	1
20.	Права и обязанности каждого члена семьи.	Разобраться вместе с учащимися в том, какие могут быть права и обязанности у каждого члена семьи.	1
21.	Практическая работа «Записывание фамилии, имени, отчества и даты рождения каждого члена семьи».	Проверить знание учащимися фамилий, имён и отчеств каждого члена семьи и умение правильно и без ошибок их записывать.	1
22.	Место работы, должность каждого члена семьи.	Проверить знание учащимися мест работы (учёбы) каждого члена семьи и его занимаемую должность.	1
Учреждения и организации (4 часа)			
23.	Дошкольные учреждения, их назначение.	Рассказать учащимся обо всех существующих ныне дошкольных учреждениях и их назначении.	1
24.	Школьные учреждения, их назначение.	Рассказать учащимся обо всех существующих ныне школьных учреждениях и их назначении.	1
25.	Учреждения дополнительного образования.	Познакомить учащихся с таким понятием, как «учреждения дополнительного образование»; рассказать, что это такое и для чего предназначено.	1
26.	Экскурсия в учреждение дополнительного образования.	Во время экскурсии наглядно представить детям учреждения дополнительного образования нашего города.	1
Средства связи (6 часов)			
27.	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Их назначение.	Познакомить учащихся с разнообразием основных средств связи и их назначением.	1
28.	Почта. Виды почтовых отправлений.	Рассказать учащимся об основном назначении почты; познакомить с тем, какие бывают почтовые отправления.	1
29.	Виды писем. Международные и на территории своего государства.	Рассказать учащимся о существующих в нашей стране видах писем; о письмах, посылаемых на территории нашей страны и за рубеж.	1
30.	Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки.	Познакомить учащихся с порядком отправления письма различного вида; со стоимостью пересылки (тарифы).	1
31.	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.	Рассказать учащимся о назначении телеграфа; о том, какие существуют виды телеграмм и телеграфных услуг; познакомить с тарифами на эти услуги.	1
32.	Практическая работа «Заполнение телеграфных бланков. Телеграммы».	Практиковаться в написании текста телеграмм, заполнении телеграфных бланков.	1

III четверть (20 часов)			
Питание (13 часов)			
33.	Гигиена приготовления пищи.	Познакомить учащихся с санитарно-гигиеническими требованиями к приготовлению пищи.	1
34.	Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи.	Рассказать учащимся о способах хранения продуктов и готовой пищи; познакомить с правилами хранения с назначением и устройством холодильника.	1
35.	Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, рыбных, мясных и др.	Познакомить учащихся со способами выбора доброкачественных продуктов.	1
36.	Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите.	Рассказать учащимся о блюдах, которые можно приготовить на электрической плите с минимумом тепловой обработки.	1
37.	Практическая работа «Заваривание чая».	Рассказать учащимся о происхождении чая, способах заваривания и технологию заваривания чая. Отработать практически навыки заваривания чая.	1
38.	Блюда из круп. Практическая работа «Приготовление каши».	Познакомить учащихся с разновидностями каш, технологией приготовления каши на молоке; научить рассчитывать расход продуктов; закрепить ТБ при работе с электроплитой; отработать практически приготовление каши на молоке.	1
39.	Блюда из яиц. Практическая работа «Приготовление варёных яиц и омлета».	Рассказать учащимся о значении яиц, способах и продолжительности варки; о технологии и разновидности приготовления омлета; отработать практически варку яиц и приготовление омлета.	1
40.	Блюда из макаронных изделий. Практическая работа «Приготовление отварных макарон».	Познакомить учащихся с технологией приготовления макаронных изделий, правилами приготовления, временем приготовления, способами подачи к столу; отработать на практике приготовление макарон.	1
41.	Блюда из овощей. Практическая работа «Приготовление жареного картофеля».	Рассказать учащимся о технологии приготовления жареного картофеля, о правильной обработке и способах нарезки картофеля; отработать практически приготовление жареного картофеля.	1
42.	Практическая работа «Сервировка стола к завтраку».	Ввести понятие «Сервировка стола»; рассказать о вариантах сервировки стола к завтраку, последовательности сервировки; практически отработать навыки сервировки стола к завтраку.	1
43.	Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.	Познакомить учащихся с правилами и приёмами ухода за посудой; рассказать о разновидностях моющих средств, чистящих средств, способах мытья посуды.	1
44.	Чтение рецептов.	Ввести понятие «рецепт»; познакомить учащихся с вариантами записи рецептов; научить подбору продуктов по рецепту, работе с кулинарными	1

		книгами.	
45.	Составление рецепта приготовления блюд.	Поупражняться в составлении своего рецепта какого-либо блюда.	1
Жилище (7 часов)			
46.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	Познакомить учащихся с гигиеническими требованиями к жилому помещению и мерами по их обеспечению; добиваться от учащихся строгого соблюдения норм гигиены.	1
47.	Повседневная сухая и влажная уборка помещения.	Рассказать учащимся о видах уборки помещения, их отличиях; познакомить с правилами и приспособлениями для сухой уборки и для влажной уборки помещения.	1
48.	Пылесос и его устройство.	Познакомить учащихся с разновидностями пылесоса, его назначением; рассказать о составных частях пылесоса, правилах пользования пылесосом.	1
49.	Практическая работа «Работа с пылесосом».	На практике отработать навыки пользования пылесосом (сборка и разборка пылесоса, работа с пылесосом).	1
50.	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	Познакомить учащихся с тем, какие бывают виды мебели; какой материал используется для её изготовления; рассказать о видах покрытия мебели, их особенностях; научить ухаживать за мебелью в зависимости от её покрытия.	1
51.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.	Познакомить учащихся с разновидностями предметов бытовой химии, которые используются при уборке помещения, и санитарно-гигиеническими требованиями и правилами ТБ при работе с этими предметами.	1
52.	Практическая работа «Уборка помещения».	Отработать практические навыки уборки помещения, полученные на предыдущих уроках, на примере уборки классной комнаты.	1
IV четверть (16 часов)			
Торговля (5 часов)			
53.	Магазины промышленных товаров и их отделы: ткань, обувь, одежда, галантерея, книги, школьно-письменных принадлежностей, хозяйственные и др.	Рассказать учащимся о назначение магазинов промышленных товаров, разновидностях их отделов; познакомить с правилами поведения покупателя.	1
54.	Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книги»: словари, учебники, детская художественная литература и др.; «Обувь»: детская, женская, мужская и др. и т. д.	Ввести понятие специализированного магазина промышленных товаров; рассказать об отделах этих магазинов.	1
55.	Порядок приобретения товара, оплата.	Познакомить учащихся с порядком приобретения и оплаты товаров в	1

		магазине; вспомнить правила покупателя; отработать навыки при моделировании ситуации.	
56.	Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.	Объяснить в чём назначение чека, и почему необходимо его хранить; познакомить учащихся с ситуациями, в которых предусмотрен возврат товара и правилами возврата товара.	1
57.	Экскурсия в магазин промышленных товаров.	Во время экскурсии узнать месторасположение магазина; названия, назначение и нахождение его отделов; понаблюдать за поведением покупателей.	1
Медицинская помощь (6 часов)			
58.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	Ввести понятия «доврачебная или первая помощь» и «врачебная помощь»; объяснить в чём их сходство и различие.	1
59.	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.	Рассказать учащимся о видах медицинских учреждений и их назначении в оказании медицинской помощи.	1
60.	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	Познакомить учащихся с профессиями работников медицинских учреждений и их обязанностями.	1
61.	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	Углубить знания учащихся о врачебной помощи, рассказав им о её видах.	1
62.	Меры предупреждения глистных заболеваний.	Ввести понятие глистных заболеваний и отчего они появляются; познакомить с мерами по предупреждению этих заболеваний.	1
63.	Экскурсия в аптеку.	Во время экскурсии познакомиться с ассортиментом аптеки; понаблюдать за работой фармацевта.	1
Культура поведения (5 часов)			
64.	Правила поведения в театре, кинотеатре.	Сформулировать вместе с учащимися правила поведения в театре, кинотеатре.	1
65.	Ролевая игра «Посещение театра».	При проведении игры отработать распределение ролей, практическое выполнение правил поведения; научиться выполнять разбор обыгранных ситуаций.	1
66.	Правила поведения в музее, библиотеке.	Сформулировать вместе с учащимися правила поведения в музее, библиотеке.	1
67.	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.	Сформулировать вместе с учащимися правила ведения разговора со взрослыми, со своими сверстниками.	1

68.	Подведение итогов учебного года.	Подвести итоги учебного года, повторить весь программный материал, изученный в течение учебного года.	1
Итого			**68 часов**

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 7 классе учащиеся должны знать:

- правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических салфеток, правила ухода за кожей лица и волосами;
- 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 также постельного белья, полотенец, скатертей, назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную, правила пользования прачечной самообслуживания;
- виды питания, их особенности, значение первых, вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи;
- правила ухода за младшими детьми, различные тихие и подвижные игры, сказки, песенки;
- правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила поведения при вручении и приеме подарков;
- 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, правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия;
- функции железнодорожного транспорта, тип пассажирского вагона, 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;
- назначение универмага и универсама, различия между ними, за какими товарами лучше обратиться в универмаг, чем в универсам, стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров;
- перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке, максимальный вес почтовых отправлений, виды и способы упаковок, виды почтовых отправлений;
- 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;
- местонахождение ближайшего промышленного или сельскохозяйственного предприятия, название цехов, отделов, рабочих специальностей, виды выпускаемой продукции.

Учащиеся должны уметь:

- определить тип кожи и волос, подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос, правильно ухаживать за лицом и волосами;
- ремонтировать разорванные места одежды: разными видами штопки, накладыванием заплат, стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить одежду и белье;
- пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, сбивалкой (миксером) и др., приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов, составить меню завтрака, обеда, ужина на день;
- 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;
- культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки;
- убирать жилые помещения, мыть зеркала и стекла, утеплять окна, ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- ориентироваться в расписании, приобретать билеты в ж/д кассе, ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом, выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;
- найти нужные товары в отделах универмага или универсама, приобретать товары с учетом необходимости в потребности их и финансовым возможностям;
- заполнить бланк на отправку бандероли, посылки, составить опись посылаемых предметов, упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке, определить стоимость почтовых отправлений;
- использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои, отвары из лекарственных растений, обрабатывать раны, накладывать повязки;
- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.

Основное содержание программы по разделам с указанием часов
(7 класс, 68 часов, 2 часа в неделю)

Питание (12 часов)

Виды питания. Значение первых блюд. Значение вторых блюд. Приготовление овощных блюд и блюд из рыбных продуктов. Приготовление блюд из мясных продуктов. Чтение рецептов и подбор продуктов. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами. Соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами. Приготовление щей из свежей капусты. Приготовление киселя, компота. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

Семья (6 часов)

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание. Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты и порядка в школе-интернате и дома. Разучивание и проведение с младшими школьниками тихих и подвижных игр.

Личная гигиена (6 часов)

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

Одежда и обувь (8 часов)

Значение продления срока служения одежды. Виды штопок, наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной. Экскурсия в школьную прачечную.

Культура поведения (4 часа)

Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки. Изготовление несложных сувениров. Сюжетная игра «В гости к…».

Транспорт (7 часов)

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 железнодорожных билетов. Экскурсия на железнодорожный вокзал. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и его получения.

Торговля (6 часов)

Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо. Их назначение. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии. Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения. Экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара и по собственному желанию.

Учреждения и организации (3 часа)

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села. Экскурсия на ближайшее промышленное или сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями.

Жилище (5 часов)

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

Средства связи (5 часов)

Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления. Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом. Экскурсия на почту. Упаковка бандероли, посылки. Определение стоимости отправки простых и ценных посылок.

Медицинская помощь (6 часов)

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (глубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.). Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны. Меры по предупреждению переломов. Экскурсия в травмпункт, наблюдение за накладыванием гипса при переломах.

Тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 7 классе
68 часов

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Кол-во часов
I четверть (18 часов)			
Питание (12 часов)			
1.	Виды питания.	Рассмотреть различные виды питания (вегетарианство, сыроедение, фаст-фуд, традиционный), их особенностями.	1
2.	Значение первых блюд.	Дать представление о значении первых блюд.	1
3.	Значение вторых блюд.	Дать представление о значении вторых блюд.	1

4.	Приготовление овощных блюд и блюд из рыбных продуктов.	Формировать представление о способах обработки овощных блюд и блюд из рыбных продуктов.	1
5.	Приготовление блюд из мясных продуктов.	Формировать представление о способах обработки блюд из мясных продуктов.	1
6.	Практическая работа «Чтение рецептов и подбор продуктов».	Уметь выбирать из многообразия рецептов те, которые необходимы именно вам для приготовления блюд; учить подбирать качественные продукты, доступные по цене.	1
7.	Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.	Рассмотреть, какие механические и электробытовые приборы используются при приготовлении пищи; учить пользоваться мясорубкой, теркой, миксером, электроплитой.	1
8.	Знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами.	Рассмотреть инструкции устройств и правила пользования механическими и электробытовыми приборами.	1
9.	Соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.	Рассмотреть и закрепить правила безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.	1
10.	Практическая работа «Приготовление щей из свежей капусты».	Учить готовить первое блюдо по рецепту из доступных продуктов.	1
11.	Практическая работа «Приготовление киселя, компота».	Учить детей по технологической карте готовить кисель.	1
12.	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	Учить составлять меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	1
Семья (6 часов)			
13.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание.	Познакомить учащихся с правилами по уходу за младшими детьми.	1
14.	Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты и порядка в школе-интернате и дома.	Рассмотреть правила соблюдения чистоты и порядка в школе-интернате и дома.	1
15.	Практическая работа «Оказание помощи первокласснику в одевании на прогулку».	Учить одевать первоклассников на прогулку.	1
16.	Практическая работа «Разучивание с младшими школьниками тихих и подвижных игр».	Расширить знание учащихся о тихих и подвижных играх; научить разучивать с младшими школьниками различные игры.	1
17.	Практическая работа «Проведение игр с	Учить объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними.	1

	младшими школьниками».		
18.	Подведение итогов четверти.	Подвести итоги четверти, повторить программный материал, изученный в течение четверти.	1
II четверть (14 часов)			
Личная гигиена (6 часов)			
19.	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	Рассмотреть с учащимися особенности личной гигиены в жизни подростка.	1
20.	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	Формировать представления о значении правильного режима дня; учить правилам личной гигиены девушки и юноши.	1
21.	Особенности ухода за кожей лица, волосами.	Учить правилам ухода за кожей лица, волос и уметь ухаживать за кожей лица и волосами; учить определять тип кожи и волос.	1
22.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.	Рассмотреть с учащимися шампунь для различного типа волос.	1
23.	Практическая работа «Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния».	Учить подбирать мыло и шампунь для мытья кожи и волос с учетом типа кожи и волос и состояния волос.	1
24.	Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.	Учить подбирать средства от перхоти и выпадения волос; учить пользоваться ими в соответствии с инструкцией по применению.	1
Одежда и обувь (8 часов)			
25.	Значение продления срока служения одежды.	Дать учащимся представление о значении продления срока служения одежды.	1
26.	Виды штопок, наложение заплат.	Рассмотреть с учащимися способы ремонта одежды: различные виды штопок, способы наложения заплат.	1
27.	Практическая работа «Ремонт одежды: штопка и наложение заплат».	Повторить санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды; на практике отработать знания, умения и навыки, полученные учащимися на предыдущем уроке.	1
28.	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка вручную.	Формировать представление о стиральных машинах; учить правилам пользования моющими средствами; познакомить учащихся с устройством стиральной машины и правилам пользования ею; учить стирать мелкое белое белье вручную.	1
29.	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	Познакомить с особенностями глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец; уметь гладить одежду и белье.	1
30.	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.	Познакомить учащихся с назначением прачечной, видами услуг, способами сдачи вещей в прачечную.	1

31.	Экскурсия в школьную прачечную.	Познакомить с правилами пользования прачечной.	1
32.	Подведение итогов четверти.	Подвести итоги четверти, повторить программный материал, изученный в течение четверти.	1
III четверть (20 часов)			
Культура поведения (4 часа)			
33.	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.	Формировать правила поведения при встрече; знать формы отказа.	1
34.	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки.	Учить выбирать подарки; выбирать подходящую одежду для визита в гости.	1
35.	Практическая работа «Изготовление несложных сувениров».	Учить правильно выбирать подарки и правильно их дарить; уметь изготовить подарок своими руками.	1
36.	Сюжетная игра «В гости к…».	Учить дарить подарки, культурно вести себя в гостях.	1
Транспорт (7 часов)			
37.	Междугородний железнодорожный транспорт.	Формировать представление о междугороднем железнодорожном транспорте; знать функции железнодорожного транспорта.	1
38.	Вокзалы. Их назначение и основные службы.	Иметь представление о назначении вокзалов и их основных служб (кассы, справочные службы, камеры хранения, медпункт, зал ожидания, комната матери и ребенка, буфет и др.).	1
39.	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.	Подробнее рассмотреть с учащимися назначение справочной службы вокзала; учить пользоваться расписанием движения поездов.	1
40.	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов.	Рассмотреть с учащимися виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); иметь представление о приобретении железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону); определять примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния.	1
41.	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	Во время экскурсии понаблюдать за работой всех служб вокзала.	1
42.	Практическая работа «Выбрать вид поезда (пассажирский, скорый) и типы вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Уточнить стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона».	Уметь выбирать вид поезда и тип вагона в зависимости от дальности расстояния; уточнить стоимость проезда с учетом вышеперечисленного.	1
43.	Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и его получения.	Рассмотреть с учащимися виды камер хранения багажа: автоматическая и камера хранения багажа с оператором; познакомиться с порядком сдачи багажи и его получения.	1
Торговля (6 часов)			

44.	Универмаги и универсамы, их назначение.	Расширить представление детей о назначении универмага и универсама, их отличие.	1
45.	Сельмаг и сельпо. Их назначение.	Рассмотреть такие виды торговых предприятий, как сельмаг и сельпо; их назначение и отличие.	1
46.	Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.	Познакомить учащихся с различными отделами магазинов; рассмотреть стоимость некоторых видов товаров.	1
47.	Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии.	Формировать умение найти нужный товар; учить приобретать товары с учетом необходимости.	1
48.	Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.	Формировать представление об отделах распродажи товаров по сниженным ценам, а также об отделах, принимающих товары у населения.	1
49.	Экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара и по собственному желанию.	Во время экскурсии отработать самостоятельное нахождение учащимися нужного отдела по требованию учители или по собственному желанию.	1
Учреждения и организации (3 часа)			
50.	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.	Познакомить учащихся с местонахождением фанерного завода «Власть труда», спичечной фабрики «Победа», хлебокомбината, с названием цехов, профессиями, значением для жителей нашего города.	1
51.	Экскурсия на ближайшее промышленное или сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями.	Экскурсия на хлебокомбинат с целью практического знакомства с профессиями на данном предприятии.	1
52.	Подведение итогов четверти.	Подвести итоги четверти, повторить программный материал, изученный в течение четверти.	1
IV четверть (16 часов)			
Жилище (5 часов)			
53.	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	Сформировать представление о последовательности проведения регулярной и сезонной уборки; учить убирать жилые помещения.	1
54.	Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	Учить способами периодичностью ухода за окнами; учить утеплять окна.	1
55.	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	Формировать представления о необходимости санитарной обработки помещения.	1

56.	Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.	Рассмотреть с учащимися различные покрытия пола: лак, мастика, краска, линолиум, ковролин и др); познакомить учащихся с различными средствами ухода за полом в зависимости от покрытия.	1
57.	Практическая работа «Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.	Учить применять на практике знания по уборке помещения.	1
Средства связи (5 часов)			
58.	Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением). Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.	Формировать у учащихся представление о видах бандеролей, перечень предметов, посылаемых бандеролью; рассмотреть способы упаковки бандеролей, стоимость пересылки.	1
59.	Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.	Формировать у учащихся представление о видах посылок, перечень предметов, посылаемых посылкой, максимальный вес посылки; рассмотреть способы упаковки посылок, стоимость пересылки.	1
60.	Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом.	Ввести понятие наложенного платежа; рассмотреть примеры посылок и бандеролей, отправляемых наложенным платежом.	1
61.	Экскурсия на почту.	Во время экскурсии понаблюдать за работой персонала по приемке, упаковке и определении стоимости посылок и бандеролей.	1
62.	Практическая работа «Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки. Упаковка бандероли, посылки. Определение стоимости отправки простых и ценных посылок».	Выявить практические умения заполнения бланков, упаковывания бандеролей.	1
Медицинская помощь (6 часов)			
63.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (глубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.).	Расширить знания детей о видах доврачебной помощи, правилах обработки ран.	1
64.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	Расширить знания учащихся о лекарственных растениях; учить пользоваться лекарственными растениями.	1
65.	Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны.	Учить оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах.	1
66.	Меры по предупреждению переломов.	Учить применять на практике меры по предупреждению переломов.	1
67.	Экскурсия в травмпункт, наблюдение за накладыванием гипса при переломах.	Экскурсия в поликлинику с целью наблюдения за накладыванием гипса при переломах.	1

68.	Подведение итогов учебного года.	Подвести итоги учебного года, повторить программный материал, изученный в течение всего учебного года. Итоговое тестирование.	1
Итого			**68 часов**

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 8 классе учащиеся должны знать:

- правила ухода за кожей лица, приемы нанесения косметических средств на лицо, шею;
- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей, правила и последовательность глажения изделий, виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение, виды оказываемых ими услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку;
- виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов в прок из овощей, фруктов, ягод, зелени;
- правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания, правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка, санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек;
- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны, моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла;
- основные автобусные маршруты, основные маршруты водного транспорта, правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта;
- рынок, его виды, основные отличия его от магазина, правила поведения на рынке, права покупателя на рынке, цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары;
- виды телефонной связи, правила пользования ими, телефонным справочником, номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа, периодичность оплаты телефона, виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью, тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния, оплата за телефон, порядок заказа междугороднего разговора по адресу, правила культурного краткого разговора;
- меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении, приемы оказания помощи спасенному из водоема;
- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи, адрес местной префектуры, отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи;
- составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др., стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.), правила экономии (учет реальных

возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.), виды и цели сбережений.

Учащиеся должны уметь:

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам, в меру пользоваться косметикой;
- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить блузки, рубашки, платья;
- приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье, нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп, заготовить ягоды без тепловой обработки, записать рецепт соления, варенья, консервирования;
- купать, одевать, пеленать куклу, кормить куклу из соски и с ложечки, содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки;
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах (в кино, на танцах и т. д.), дома, выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев;
- мыть кафельные стены, чистить раковины, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
- пользоваться расписанием, определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой, выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;
- выбрать месторасположения нужных товаров, выбрать продукцию в соответствии с ее качеством (внешний вид, вкус и др.), количества, цены;
- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, узнать время, получить по телефону справку, культурно разговаривать по телефону;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений;
- подсчитать бюджет семьи, составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др., подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показания счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т. п., заполнять квитанции, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки, соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.

Основное содержание программы по разделам с указанием часов
(8 класс, 68 часов, 2 часа в неделю)

Личная гигиена (6 часов)

Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств. Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов». Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья.

Культура поведения (4 часа)

Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Внешний вид молодых людей. Виды галстуков и способы их завязывания.

Семья (4 часа)

Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребенком. Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании грудного ребенка.

Жилище (4 часа)

Уборка кухни, санузла и ванной комнаты. Моющие средства. Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины». Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.

Одежда и обувь (6 часов)

Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий в домашних условиях. Практическая работа «Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей». Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков. Химчистка. Экскурсия в химчистку.

Средства связи (8 часов)

Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Экстренные аварийные службы. Сюжетно-ролевая игра «У меня зазвонил телефон». Междугородняя телефонная связь. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Экскурсия на телеграф. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.

Питание (7 часов)

Виды теста. Запись рецептов приготовления теста. Практическая работа: «Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов». Практическая работа: «Приготовление пресного теста и выпечка из него печенья». Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени. Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок. Практическая работа «Приготовление овощного салата».

Транспорт (4 часа)

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Водный транспорт. Экскурсия на автовокзал.

Торговля (5 часов)

Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Права покупателя на рынке. Отличия рынка от магазина. Экскурсия на рынок.

Медицинская помощь (4 часа)

Первая помощь при несчастном случае. Первая помощь утопающему. Солнечный и тепловой удар. Первая помощь. Меры по предупреждению несчастных случаев.

Учреждения, организации и предприятия (2 часа)

Департамент, муниципалитет, их назначение. Префектура, милиция, их назначение.

Экономика домашнего хозяйства (14 часов)

Бюджет семьи. Источники доходов. Помощь подростков родителям. Государственные дотации, условия и порядок их получения. Основные статьи расходов. Обязательные платежи. Налоги. Коммунальные платежи, как основная статья расходов. Расходы на предметы одежды и личной гигиены. Основные статьи расходов – создание домашнего уюта. Незапланированные расходы – повышение уровня культуры. Еще одна статья незапланированных расходов – помощь родственникам. Сбережения. Способы сохранения расходов, экономии. Экскурсия в Сбербанк. Виды вкладов в Сбербанке. Бюджет семьи – доход и расход.

Тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 8 классе
68 часов

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Кол-во часов
I четверть (18 часов)			
Личная гигиена (6 часов)			
1.	Значение косметики для юноши и девушки.	Формировать у учащихся представление о значении косметики для юноши и для девушки.	1
2.	Выбор косметических средств.	Учить распознавать тип кожи; помочь в выборе косметических средств.	1
3.	Правила и приемы ухода за кожей лица.	Познакомить с правилами и приемами ухода за кожей лица.	1
4.	Практическая работа «Маски из овощей и фруктов».	Познакомить с рецептами приготовления масок для лица из доступных овощей и фруктов; отработать правила наложения масок.	1
5.	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	Формировать представление о значении здоровья для жизни и деятельности человека.	1
6.	Средства и способы сбережения здоровья.	Формировать представление и средствах и способах сбережения здоровья – воспитание воли, целеустремленности, доброты, отзывчивости и других положительных качеств.	1
Культура поведения (4 часа)			
7.	Культура общения юноши и девушки.	Познакомить с правилами поведения юноши и девушки при знакомстве; культурно и вежливо вести себя при знакомстве и общении.	1
8.	Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей».	В игровой форме отработать правила поведения при встрече и общении.	1
9.	Внешний вид молодых людей.	Сформировать представление к требованиям внешнего вида молодых людей; учить выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду.	1
10.	Виды галстуков и способы их завязывания.	Познакомить с видами галстуков; рассмотреть и отработать способы завязывания галстуков.	1
Семья (4 часа)			
11.	Грудной ребенок в семье.	Формировать правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления.	1
12.	Уход за грудным ребенком.	Формировать правила ухода за грудным ребенком: купание, пеленание, одевание.	1
13.	Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.	Формировать представление о санитарно-гигиенических требованиях к содержанию детской постели, посуды, игрушек.	1
14.	Упражнения в купании, пеленании и оде-	Формировать правильность и последовательность в купании, пеленании и	1

	вании грудного ребенка.	одевании грудного ребенка.	
Жилище (4 часа)			
15.	Уборка кухни, санузла и ванной комнаты.	Формировать представление о правилах и периодичности уборки кухни, санузла, ванны.	1
16.	Моющие средства.	Учить распознавать моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла, ванны; знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.	1
17.	Практическая работа «Мытье кафельных стен, чистка раковины».	Отработать на практике знания и умения мытья кафельных стен, чистки раковины и ванны; учить пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке.	1
18.	Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению и правила техники безопасности при работе с химическими веществами.	Формировать представления о санитарно-гигиенических требованиях к жилому помещению; познакомить с правилами техники безопасности при работе с химическими веществами.	1
II четверть (14 часов)			
Одежда и обувь (6 часов)			
19.	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.	Дать представление о правилах особого ухода за одеждой, изготовленной из шерстяных и синтетических тканей.	1
20.	Стирка изделий в домашних условиях.	Познакомить с правилами стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1
21.	Практическая работа «Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей».	На практике отработать навыки стирки изделий из шерстяных и синтетических тканей, соблюдая правила безопасности в использовании стирального порошка.	1
22.	Правила и приемы глажения блузок, рубашек и платков.	Познакомить с правилами глажения изделий; повторить правила техники безопасности при работе с утюгом; повторить условные обозначения.	1
23.	Химчистка.	Познакомить с предприятием химчистки и правилами пользования ее услугами по приведению одежды в надлежащий вид.	1
24.	Экскурсия в химчистку.	Познакомиться с работой предприятия.	1
Средства связи (8 часов)			
25.	Телефон. Виды телефонной связи.	Формировать знания о видах телефонной связи; учить пользоваться телефоном.	1
26.	Правила пользования телефонным справочником.	Познакомить учащихся с телефонным справочником, его назначением; познакомить с правилами пользования телефонным справочником.	1
27.	Культура разговора по телефону.	Познакомить учащихся с правилами ведения разговора по телефону: кратко объяснить причину звонка, узнать время, получить справку по телефону.	1

28.	Экстренные аварийные службы.	Закрепить номера телефонов аварийных экстренных служб; отработать правильность ведения разговора по телефону экстренных служб.	1
29.	Сюжетно-ролевая игра «У меня зазвонил телефон».	В игровой форме закрепить знания учащихся о телефонных разговорах и телефонной связи.	1
30.	Междугородняя телефонная связь.	Дать представление о междугородней телефонной связи, о назначении и использовании данного вида связи.	1
31.	Виды заказов междугороднего телефонного разговора.	Формировать представление о том, как можно произвести заказ междугороднего телефонного разговора, тарифах на разговоры.	1
32.	Экскурсия на телеграф. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.	Понаблюдать за работой телеграфа.	1
III четверть (20 часов)			
Питание (7 часов)			
33.	Виды теста.	Рассказать учащимся, что такое тесто и какие виды теста бывают: дрожжевое, пресное.	1
34.	Запись рецептов приготовления теста.	Отработать навыки работы с кулинарными книгами.	1
35.	Практическая работа: «Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов».	На практике отработать навыки работы по самостоятельному подбору продуктов, согласно прочитанному рецепту.	1
36.	Практическая работа: «Приготовление пресного теста и выпечка из него печенья».	На практике отработать навыки по приготовлению пресного теста и выпечке из него печенья.	1
37.	Заготовка продуктов впрок: соленье, варенье, консервирование, сушка фруктов, овощей, ягод и зелени.	Познакомить учащихся с видами заготовок продуктов впрок, приготовление варенья, засолка овощей, консервирование овощей и фруктов, сушка.	1
38.	Работа с кулинарными книгами. Записи рецептов приготовления продуктов впрок.	Отработать навыки работы с кулинарными книгами, выбор рецептов из доступных продуктов.	1
39.	Практическая работа «Приготовление овощного салата».	На практике отрабатывать навыки приготовления овощного салата из имеющихся в наличии овощей.	1
Транспорт (4 часа)			
40.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	Формировать представление о междугороднем транспорте; познакомить учащихся с таким учреждением как автовокзал, его назначением.	1
41.	Основные автобусные маршруты.	Дать представление об основных автобусных маршрутах; учить пользоваться расписанием движения автобусов, порядок приобретения билетов, стоимость проезда, покупать билет; выполнять правила безопасности при поездке на автобусе.	
42.	Водный транспорт.	Дать представление о назначении водного транспорта: речного и морско-	1

		го; рассказать о назначении пристани, порта; знакомить с расписанием движения, стоимости проезда.	
43.	Экскурсия на автовокзал.	Во время экскурсии понаблюдать за работой автовокзала и всех его служб.	1
Торговля (5 часов)			
44.	Рынки. Правила поведения на рынке.	Формировать знания учащихся о рынках; познакомить с правилами поведения на рынке.	1
45.	Виды рынков.	Дать учащимся представление о видах рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, постоянно действующие, временные, оптовые, мелкооптовые.	1
46.	Права покупателя на рынке.	Познакомить учащихся с правами покупателя на рынке.	1
47.	Отличия рынка от магазина.	Рассмотреть, в чем отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать продавцу снизить цену (право торговаться), право выбора товара.	1
48.	Экскурсия на рынок.	Понаблюдать за работой рынка.	1
Медицинская помощь (4 часа)			
49.	Первая помощь при несчастном случае.	Рассмотреть виды несчастных случаев: ожог, обморожение, отравление и виды первой помощи при этих несчастных случаях.	1
50.	Первая помощь утопающему.	Формировать представления о правилах и приемах оказания первой помощи утопающему.	1
51.	Солнечный и тепловой удар. Первая помощь.	Формировать представления о правилах и приемах оказания первой помощи при солнечном и тепловом ударе.	1
52.	Меры по предупреждению несчастных случаев.	Сформировать знания о мерах по предупреждению несчастных случаев в быту.	1
IV четверть (16 часов)			
Учреждения, организации и предприятия (2 часа)			
53.	Департамент, муниципалитет, их назначение.	Сформировать представление о департаменте, муниципалитете и их назначении.	1
54.	Префектура, милиция, их назначение.	Сформировать представление и префектуре и ее назначении; обобщить и закрепить знания учащихся о милиции и ее функциях.	1
Экономика домашнего хозяйства (14 часов)			
55.	Бюджет семьи.	Ввести понятие бюджета; дать представление о бюджете семьи.	1
56.	Источники доходов. Помощь подростков родителям.	Рассмотреть источники доходов в семьях и как подростки могут помочь своим родителям в этом вопросе.	1
57.	Государственные дотации, условия и порядок их получения.	Рассмотреть, какие государственные дотации, которые может получать семья и при каких условиях это возможно.	1
58.	Основные статьи расходов. Обязательные платежи. Налоги.	Рассмотреть основные статьи расходов в семье: коммунальные платежи, налоги и др.	1

59.	Коммунальные платежи, как основная статья расходов.	Рассмотреть подробнее составляющие коммунальных платежей.	1
60.	Расходы на предметы одежды и личной гигиены.	Рассмотреть расходы на предметы одежды и личной гигиены, как одну из статей расходов.	1
61.	Основные статьи расходов – создание домашнего уюта.	Рассмотреть статьи расходов на крупные покупки, такие как мебель и бытовая техника.	1
62.	Незапланированные расходы – повышение уровня культуры.	Рассмотреть еще одну из статей расходов – незапланированные (посещение кино, театра, музея и т. д., покупка книг и др.)	1
63.	Еще одна статья незапланированных расходов – помощь родственникам.	Рассказать учащимся о помощи родственникам, как об еще одной статье незапланированных расходов.	1
64.	Сбережения. Способы сохранения расходов, экономии.	Сформировать представление о сбережениях; рассмотреть способы экономии, как возможность сохранять семейные расходы.	1
65.	Экскурсия в Сбербанк.	Во время экскурсии понаблюдать за работой операторов Сбербанка.	1
66.	Виды вкладов в Сбербанке.	Дать представления о вкладах в Сбербанке, рассмотреть различные виды вкладов их значение и возможности.	1
67.	Бюджет семьи – доход и расход.	Ввести понятие баланса между доходами и расходами.	1
68.	Подведение итогов.	Подвести итоги по пройденной теме, а также итоги учебного года.	1
Итого			**68 часов**

Требования к уровню подготовки учащихся

К концу обучения в 9 классе учащиеся должны знать:

- размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях;
- значение диетического питания, особенности и важность 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 больными;
- 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.

Учащиеся 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 ребёнка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола;
- анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношений в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции;
- встречать гостей, вежливо вести себя во время 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 вопросом и 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 программы по разделам с указанием часов (9 класс, 66 часов, 2 часа в неделю)

Одежда и обувь (6 часов)

Мода, стиль одежды, обновление одежды (замена мелких деталей). Определение собственного размера одежды и обуви. Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из разных видов тканей в домашних условиях. Строжайшее соблюдение техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Питание (8 часов)

Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола.

Семья (4 часа)

Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга, отдыха в семье. Семейные традиции.

Культура поведения (3 часа)

Адекватность поведения в обществе. Приём гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.

Жилище (4 часа)

Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.

Транспорт (3 часа)

Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Средства связи (6 часов)

Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов. Виды связи: сотовая, автоответчик, пейджер, компьютерная, факс, АОН, телефон с определителем и др. Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.

Торговля (4 часа)

Значение ярмарок: международные, межрегиональные, межгородские, межрайонные, сельские. Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов. Время и место проведения ярмарок.

Медицинская помощь (6 часов)

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Учреждения, организации и предприятия (2 часа)

Предприятия бытового обслуживания: «прокаты», «ремонт квартир», «остекление» и др., их назначение.

Трудоустройство (20 часов)

Учреждения и отделы по трудоустройству (отдел кадров, комиссия по трудоустройству молодёжи при префектуре, бюро по трудоустройству населения, детская биржа труда).

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.

Тематическое планирование уроков социально-бытовой ориентировки в 9 классе

66 часов

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Кол-во часов
I четверть (18 часов)			
Одежда и обувь (6 часов)			
1.	Мода. Стиль одежды.	Формирование представления о моде, стиле одежды, о том, как различаются различные стили одежды, о создателях одежды.	1
2.	Определение собственного размера одежды и обуви.	Научиться практически определять свой размер одежды и обуви с помощью таблиц и примерки.	1
3.	Выбор и покупка одежды и обуви.	Дать представление о том, как правильно подобрать одежду и обувь согласно сезонам, возрасту, назначению	1
4.	Экскурсия в специализированный магазин.	Понаблюдать за работой продавцов специализированных магазинов по продаже одежды и обуви, познакомиться с ассортиментом магазинов.	1
5.	Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.	Познакомить с видами и средствами выведения мелких пятен в домашних условиях.	1
6.	Использование подручных средств для выведения различных пятен на одежде.	Рассказать учащимся о подручных средствах, используемых в домашних условиях для выведения мелких пятен с одежды.	1
Питание (8 часов)			
7.	Диетическое питание.	Расширить знания детей о значении диетического питания.	1
8.	Составление меню диетического питания.	Рассмотреть с учащимися варианты составления меню диетического питания.	1
9.	Питание детей ясельного возраста.	Формировать знания об особенностях и важности правильного питания детей ясельного возраста.	1
10.	Составление меню для детей ясельного возраста на день, на неделю.	Закрепить умение составлять меню для ребёнка ясельного возраста.	1
11.	Национальные блюда. (Ближнее зарубежье).	Формировать понятие – национальное блюдо. Дать представление о национальных блюдах разных народов.	1
12.	Запись рецептов национальных блюд.	Учить пользоваться книгами рецептов. Учить готовить национальное блюдо.	1
13.	Составление меню к праздничному столу.	Учить составлять меню для праздничного стола.	1
14.	Сервировка праздничного стола.	Выявить умение сервировать праздничный стол.	1
Семья (4 часа)			
15.	Российская семья. Основные семейные отношения.	Формировать знания об основных семейных отношениях. Дать представление о порядке заключения брака и его расторжения.	1

16.	Условия создания семьи.	Дать представления об условиях создания семьи, о заключении брака.	1
17.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.	Выявить знания учащихся об обязанностях по дому и их распределении между членами семьи.	1
18.	Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.	Формировать понятие – что такое семейная традиция. Выявить знания детей о своих семейных традициях.	1
II четверть (14 часов)			
Культура поведения (3 часа)			
19.	Адекватное поведение в обществе.	Сформировать представление о культуре поведения, нормах этики в современном обществе.	1
20.	Приём гостей и правила хорошего тона при общении с друзьями и знакомыми.	Дать учащимся представления о правилах хорошего тона при приёме гостей и посещении друзей и родственников.	1
21.	Сюжетно-ролевая игра «Приём гостей».	Закрепить в игровой форме знания учащихся о правилах хорошего тона.	1
Жилище (4 часа)			
22.	Интерьер.	Ввести понятие интерьера и дать учащимся представление об интерьере помещения.	1
23.	Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.	Продолжать знакомить с деталями интерьера. Учить подбирать детали интерьера.	1
24.	Рациональная расстановка мебели.	Рассказать учащимся о том, как рационально и правильно расставлять мебель в помещении.	1
25.	Сохранение жилищного фонда.	Сформировать представление о сохранении жилищного фонда.	1
Транспорт (4 часа)			
26.	Назначение авиатранспорта. Аэропорт.	Формировать представление об авиатранспорте, его назначении. Познакомить с понятиями аэропорт, аэровокзал.	1
27.	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.	Познакомить с авиамаршрутами из пензенского аэропорта, с порядком приобретения билетов в аэропорту и примерной стоимостью перелёта в зависимости от направления и протяжённости маршрута.	1
28.	Виртуальная экскурсия в кассы Аэрофлота. Службы касс Аэрофлота.	С помощью компьютера и проектора совершить виртуальную экскурсию в аэропорт и понаблюдать за работой авиакасс.	1
Средства связи (4 часа)			
29.	Денежные переводы. Назначение. Виды. Заполнение квитанции на денежный перевод.	Ввести понятие денежного перевода, его назначения. Познакомить учащихся с различными видами переводов. Научиться заполнять квитанцию на денежные переводы.	1
30.	Экскурсия на почту. Наблюдение за денежными отправлениями, их стоимость.	Во время экскурсии понаблюдать за работой почтовых работников, за отправлением и получением денежных переводов.	1
31.	Виды телефонной связи, её значимость.	Закрепить представления учащихся о видах телефонной связи и её значи-	1

		мости для человека.	
32.	Экскурсия на телеграф. Возможности телефонной связи на телеграфе.	Во время экскурсии понаблюдать за работой телеграфа, рассмотреть возможности телефонной связи на телеграфе.	1
III четверть (20 часов)			
Средства связи (продолжение) (2 часа)			
33.	Стоимость услуг связи. Функции телефона: автоответчик, автонабор, громкая связь.	Дать учащимся представление о стоимости услуг связи, о функциях телефона.	1
34.	Оформление квитанции по оплате телефонных услуг.	Познакомить учащихся с квитанцией по оплате услуг телефонной связи.	1
Торговля (4 часа)			
35.	Ярмарки. Их назначение.	Ввести понятие ярмарки и её назначения в наше время.	1
36.	Виды ярмарок и их отличия.	Дать учащимся представление о различных видах ярмарок и рассказать об их отличиях.	1
37.	Разновидности ярмарок.	Рассказать учащимся о разновидностях ярмарок.	1
38.	Время и место проведения ярмарок в нашем городе.	Познакомить учащихся с проводимыми в нашем районе ярмарками, о том, где и когда они проходят.	1
Медицинская помощь (6 часов)			
39.	Инфекционные заболевания.	Познакомить учащихся с некоторыми инфекционными заболеваниями и со способами распространения инфекционных заболеваний.	1
40.	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	Познакомить с мерами по предупреждению инфекционных заболеваний.	1
41.	Уход за больным.	Познакомить с правилами и приёмами ухода за больным. Учить ухаживать за больным.	1
42.	Сюжетно-ролевая игра «Больной в доме».	Учить применять на практике правила и приёмы ухода за больным.	1
43.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	Формировать представление о документах, подтверждающих нетрудоспособность.	1
44.	Справка и листок нетрудоспособности.	Дать представления о справке и листке нетрудоспособности, как о документах, подтверждающих нетрудоспособность человека.	1
Учреждения, организации и предприятия (2 часа)			
45.	Предприятия бытового обслуживания.	Познакомить с предприятиями бытового обслуживания, их назначениями, а также видами услуг, оказываемых предприятиями.	1
46.	Экскурсия на предприятие бытового обслуживания.	Во время экскурсии понаблюдать за работой ателье по пошиву и ремонту одежды, мастерской по ремонту обуви.	1
Трудоустройство (6 часов)			

47.	Учреждения и отделы по трудоустройству населения.	Ввести понятия трудоустройства, статуса безработного, вакансии; дать учащимся представление о службах занятости населения.	1
48.	Знакомство с выбором предложенных работ в отделах по трудоустройству.	Познакомить учащихся с профессиями, предлагаемыми в отделах по трудоустройству, а также рассмотреть список профессий, подходящих учащимся в силу специфики их заболевания.	1
49.	Экскурсия в учреждение по трудоустройству. Знакомство с профилем учреждения.	Во время экскурсии узнать и запомнить место расположения учреждения по трудоустройству населения, познакомиться с работой служащих данного учреждения.	1
50.	Способы поиска работы.	Дать представление о том, какими способами можно найти работу: прочитать объявление в газете, в Интернете, поговорить с родственниками и знакомыми, обратиться в центр занятости населения.	1
51.	Разговор с работодателем.	Рассмотреть с учащимися варианты общения с работодателем: каким должен быть внешний вид, какие вопросы могут вас заинтересовать, как можно договориться о встрече по телефону.	1
52.	Документы, необходимые для поступления на работу.	Дать учащимся представление о том, какие документы необходимо предъявлять при поступлении на работу.	1
IV четверть (14 часов)			
Трудоустройство (14 часов)			
53.	Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.	Рассмотреть, какие требования предъявляются к написанию различных деловых бумаг, необходимых при поступлении на работу.	1
54.	Составление деловых бумаг: заявление.	Дать представление о том, как составить один из основных документов, необходимых для поступления на работу – заявление.	1
55.	Составление автобиографии.	Дать представление о том, как составить один из основных документов, необходимых для поступления на работу – свою автобиографию.	1
56.	Оформление на работу постоянную и по договору.	Познакомить учащихся с различием между временной, постоянной работой и работой по договору. Рассмотреть договор, его основные моменты.	1
57.	Охрана труда несовершеннолетних.	Рассказать о том, какое существует законодательство для охраны труда несовершеннолетних.	1
58.	Заполнение анкеты.	Познакомить учащихся ещё с одним документом, необходимым при приёме на работу – анкетой: как пишется, что вносится.	1
59.	Манеры поведения и общения при оформлении на работу.	Дать представление о манерах поведения и общения при оформлении на работу: что стоит, а что не стоит делать при встрече с работодателем.	1
60.	Составление доверенности на получение заработной платы.	Дать представление о том, что такое доверенность на получение заработной платы, для чего она нужна и как её составить.	1
61.	Составление докладной записки.	Дать представление о том, что такое докладная записка, для чего она нужна и как её составить.	1

62.	Составление заявки на необходимую продукцию.	Дать представление о том, как составляется заявка на получение какой-либо продукции.	1
63.	Оформление заявления при переходе на другую работу, для предоставления очередного отпуска.	Дать представление о том, как написать заявление при переходе на другую работу или предоставление очередного отпуска, используя варианты заявлений или написание в свободной форме.	1
64.	Обращение в бюро занятости после окончания училища.	Познакомить учащихся с причинами обращения в центр занятости населения и со списком необходимых документов.	1
65.	Оформление документов у секретаря службы занятости.	Дать представление о требованиях, предъявляемых к оформлению документов у секретаря службы занятости населения.	1
66.	Подведение итогов учебного года.	Подвести итоги учебного года с помощью итогового тестирования.	1
Итого			**66 часов**

Литература

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида. 5-9 классы: В 2 сб. - Ч. 1 / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Владос, 2011.

2. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. – 304 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).

3. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А.Львова. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.: ил. – (Коррекционная педагогика).

4. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. – 192 с. – (Коррекционная школа).

5. Электронные ресурсы сети Интернет.