

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Войсковорская основная общеобразовательная школа»

Приложение к адаптированной основной
общеобразовательной программе
для детей с умственной отсталостью
(фактически с умственными нарушениями), утвержденной
приказом от 27.08.2020 № 68

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающего курса
Социально-бытовая ориентировка
5-9 классы

Составил:

социальный педагог, И.В.Пуцелик

п. Войсковоро

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Рабочая программа по предмету «Социально-бытовая ориентировка» для 5-9 классов для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена на основе программы специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001 – Сб.1. Авторы программы В.И. Романина, Н.П. Павлова.

Рабочая программа по «Социально - бытовой ориентировке» имеет практическую направленность. В связи с этим на первый план выдвигается задача развития ориентации в социально - бытовых отношениях, формирование умения включаться в них, утверждать себя и участвовать в созидательной деятельности;

Цель программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи предмета социально – бытовая ориентировка:

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;
- сформировать практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках;
- коррекция личностного развития воспитанника и подготовка его к самостоятельной жизни.

Реализация рабочей программы осуществляется путем интеграции с содержанием рабочих программ предметов учебного плана основной общеобразовательной программы основного общего образования в соответствии с учебным планом адаптированной программы.

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

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Результаты изучения учебного предмета:

В результате изучения СБО ученик должен:

знать:

1. Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

2. Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.
3. Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля)
4. Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.
5. Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.
6. Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы,ю правила организации рабочего места школьника.
7. Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.
8. Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.
9. Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца
10. Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ
11. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани
12. Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье
13. Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками
14. Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия
15. Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета
16. Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
17. Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте
18. Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях
19. Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества
20. Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.
21. Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
22. Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
23. Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
24. Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
25. Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

26. Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
27. Назначение и различие универмага и универсама.
28. Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
29. Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
30. Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.
31. Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.
32. Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки
33. Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.
34. Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.
35. Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду
36. Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты,; моющие средства для уборки; санитарно – гигиенические требования к данным помещениям.
37. Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки
38. Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.
39. Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления
40. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи
41. Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.
42. Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
43. Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
44. Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
45. Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
46. Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
47. Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
48. Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
49. Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
50. Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
51. Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают
52. Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

уметь:

1. Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами

2. Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
3. Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
4. Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.
5. Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,
6. Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
7. Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
8. Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
9. Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли
10. .
11. Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи
12. Закалять свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ
13. Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки
14. Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани
15. Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье
16. Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми
17. Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом
18. Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов
19. Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города
20. Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку
21. Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки
22. Обращаться с вопросами к работникам ДЮЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.
23. Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
24. Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
25. Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
26. Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
27. Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
28. Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
29. Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
30. Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
31. Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
32. Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
33. Обращаться с вопросами к работникам предприятия.
34. Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок

35. Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам
36. Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки
37. Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи
38. Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения и духи
39. Мыть кафельные стены, чистить раковины
40. Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
41. Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.
42. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
43. Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему
44. Обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры
45. Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.
46. Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
47. Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
48. Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
49. Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
50. Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
51. Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
52. Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
53. Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
54. Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
55. Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Объем часов на изучение учебного предмета по адаптированной образовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяется индивидуальным учебным планом в зависимости от способа получения образования.

Учебный план образовательной программы школы предусматривает изучение СБО:

в 5 классе в объеме 34 ч, в 6 классе в объеме 68 ч., в 7 классе 68ч., в 8 классе 68ч., в 9 классе 68ч. В учебном плане школы рабочая программа реализуется в объеме 306 часов.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса СБО:

1. Личная гигиена
2. Одежда и обувь
3. Питание
4. Семья
5. Культура поведения
6. Транспорт
7. Торговля
8. Средства связи
9. Жилище
10. Медицинская помощь
11. Учреждения, организации и предприятия
12. Трудоустройство

5 класс (34 ч)

Введение

Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки.

Особенности уроков СБО.

Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем.

Соблюдение правил техники безопасности в кабинете.

Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление о

предмете СБО;

назначение кабинета и правилах поведения в нем.

Личная гигиена

Тематика

1. Правила личной гигиены.
2. Правила охраны зрения.
3. Уход за волосами.

Практические работы:

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос.

Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей.

Учащиеся должны иметь представление о

- о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- периодичность и правила чистки зубов;
- периодичность и правила чистки ушей;
- периодичность мытья головы;
- правила освещения помещения;
- правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.

Учащиеся должны уметь:

- совершать утренний туалет;
- совершать вечерний туалет в определенной последовательности;
- причесывать волосы и выбирать прическу.

Культура поведения

Тематика

1. Поведение в музее, библиотеке.
2. Поведение в кино, театре.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- 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.

Учащиеся должны уметь:

- следить за своей осанкой;
- принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- следить за своей походкой и жестикующей;

- 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;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).

Жилище

Тематика

1. Виды жилых помещений.
2. Почтовый адрес дома.(экскурсия)
3. Написание адреса дома на конверте.
4. Гигиенические требования к жилью.
5. Последовательность уборки комнаты.

Практическая работа:

Заполнение почтового адреса на открытках.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;
- почтовый адрес своего дома и школы-интерната.

Учащиеся должны уметь:

- писать адреса на почтовых открытках.

Питание

Тематика

1. Правильное питание.
2. Столовая посуда, приборы.
3. Кухонные приспособления, приборы.
4. Приготовление пищи.
5. Приготовление бутербродов.
6. Приготовление блюд из яиц.
7. Правила заваривания чая.
8. Сервировка стола к завтраку.
9. Поведение за столом.

Практические работы:

Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.

Чистка и мытье кухонных принадлежностей и посуды.

Учащиеся должны иметь представление о

- значении продуктов питания для здоровья человека;
- витаминах, содержащихся в основных продуктах питания.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды бутербродов;
- различные меню завтрака;
- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- правила сервировки стола к завтраку;
- правила заваривания чая;
- назначение кухонных принадлежностей и посуды;
- правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником;
- санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.

Учащиеся должны уметь:

- резать ножом продукты для бутербродов;
- отваривать яйца, жарить яичницу и омлет;
- нарезать вареные овощи кубиками и соломкой;
- накрывать на стол с учетом конкретного меню;
- мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду;
- пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.

Транспорт

Тематика

Виды городского транспорта.

Экскурсии

Коллективные поездки в транспорте.

Практическая работа:

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;
- правила передвижения на велосипеде.

Учащиеся должны уметь:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу);
- соблюдать правила дорожного движения.

Торговля

Тематика

1. Основные виды магазинов.
2. Порядок приобретения товаров.

Экскурсии

Экскурсия в продовольственный магазин.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные виды магазинов, их назначение;
- виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;
- стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;
- оплачивать покупку;
- соблюдать правила поведения в магазине.

Одежда и обувь

Тематика

1. Виды одежды и головных уборов.
2. Повседневный уход за одеждой.
3. Уход за обувью.

Практическая работа:

Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Учащиеся должны иметь представление

- почему нужно содержать одежду и обувь в чистоте;
- как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды одежды и обуви,
- правила ухода за одеждой и обувью.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная);
- сшить мокрую одежду;
- чистить одежду;

- подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- чистить замшевую и текстильную обувь;
- сушить мокрую обувь;
- подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

6 класс (68 ч)

Личная гигиена

Тематика

1. Закаливание организма.
2. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).
3. Обобщающий урок: личная гигиена.

Практическая работа

Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены
- во время, физических упражнений, походов;
- правила ухода за ногами.

Учащиеся должны уметь:

- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за ногами.

Культура поведения

Тематика

1. Осанка при ходьбе, сидя и стоя.
2. Формы обращения к старшим. Формы обращения с просьбой.
3. Разговор со сверстниками.
4. Урок-инсценировка. Различные формы обращений.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;
- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

Учащиеся должны уметь:

- культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;
- правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

Семья

Тематика

1. Родственные отношения.
2. Правила поведения в семье.

Учащиеся должны иметь представление о

- понятии «семья»,
- составе семьи;
- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников;
- место работы и должность родителей;
- правила поведения в семье.

Жилище

Тематика

1. Гигиенические требования к жилью
2. Периодичность уборки помещения.
3. Сезонная уборка помещения.
4. Организация спального места.
5. Виды половых покрытий.
6. Ковры и ковровые покрытия. Пылесос.
7. Виды помещений.
8. Обобщение по теме «Жилище».

Обобщение по теме «Жилище» Практические работы:

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.

Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- гигиенические требования к жилому помещению;
- правила организации рабочего места школьника;
- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом;
- назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире.

Учащиеся должны уметь:

- производить сухую и влажную уборку помещения;
- чистить ковры, книжные полки, батареи;
- ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- ухаживать за комнатными растениями.

Средства связи

Тематика

1. Экскурсия на почту и телеграф.
2. Основные средства связи.
3. Виды почтовых отправлений.
4. Виды писем.

5. Написание адреса на конверте. Телеграф.
6. Составление текстов телеграмм.
7. Современные средства связи.

8. Обобщение по теме «Средства связи» текстов телеграмм.

Практические работы

Написание адреса и индекса на конвертах.

Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.

Экскурсия

Экскурсия на почту, телеграф.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении основных средств связи;
- порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные средства связи; виды почтовых отправлений;
- стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов;
- виды телеграфных услуг.

Учащиеся должны уметь:

- находить по справочнику индекс предприятий связи;
- записывать адреса с индексом на конвертах;
- составлять различные тексты телеграмм;
- заполнять телеграфные бланки.

Питание

Тематика

1. Мебель и оборудование кухни. Посуда, приборы, приспособления.
2. Кухонная бытовая техника.
3. Правила безопасной работы на кухне.
4. Хранение продуктов.
5. Хранение готовой пищи.
6. **Урок-игра** Сервировка стола к ужину.
7. Сервировка стола к чаепитию.
8. Приготовление отварных макарон.
9. Приготовление салата из капусты.
10. Приготовление блюд из круп.
11. Приготовление блюд из молока.
12. Приготовление блюд из картофеля.
13. Виды и польза растительных масел.
14. Правила ухода за кухонной посудой. Мытье.
15. Обобщение по теме «Питание».

Практические работы:

Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке, пюре, запеканок (из творога и других продуктов). Оформление готовых блюд.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся *Учащиеся должны иметь представление о*

- режиме питания, удельном весе молочных продуктов в рационе питания.

Учащиеся должны знать:

- способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком;
- правила пользования электроплитой;
- определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения;
- правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;
- различные меню ужина.

Учащиеся должны уметь:

- отваривать макаронные изделия;
- варить кашу на воде и молоке;
- отваривать картофель и готовить пюре;
- готовить запеканки из овощей и творога;
- оформлять готовые блюда;
- сервировать стол к ужину с учетом различных меню.

Торговля

Тематика

1. Продовольственные магазины.
2. Торговые отделы
3. Порядок приобретения товаров.
4. Обобщающий урок по теме «Торговля»

Экскурсия

Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные виды продовольственных магазинов, их отделы;
- виды специализированных продовольственных магазинов;
- виды и стоимость различных товаров;
- порядок приобретения товаров.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;
- обращаться к продавцу, кассиру.

Одежда

Тематика

1. Мелкий ремонт одежды.
2. Пришивание пуговиц.
3. Пришивание кнопок и крючков.
4. Ручная стирка одежды. Стирка одежды из шёлка.
5. Утюжка одежды.
6. Виды заплаток, штопанье.
7. Зашивание распоровшихся швов.
8. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.
9. Уход за верхней одеждой.
10. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.
11. Уход за головными уборами.
12. Обобщение по теме «Одежда».

Практические работы

Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва. Стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

Учащиеся должны уметь:

- пришивать пуговицы, крючки, кнопки;
- зашивать одежду по распоровшемуся шву;
- подшивать платья, брюки, рукава;
- подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- стирать изделия из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- гладить эти изделия.

Медицинская помощь

Тематика

1. Медицинские учреждения.
2. Работники медицинских учреждений
3. Виды медицинской помощи. Вызов «скорой помощи» и врача на дом.
4. Основные врачи-специалисты.
5. Первая медицинская помощь.
6. Обобщение по теме «Одежда»

Экскурсия

Экскурсия в аптеку.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении поликлиники, аптеки, диспансера, больницы;
- порядке записи к врачу, приобретения лекарств, вызова «скорой помощи», о порядке вызова врача на дом;
- отличии медицинского обслуживания на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.

Учащиеся должны знать:

- виды медицинской помощи;
- функции основных врачей-специалистов.

Учащиеся должны уметь:

- записываться на прием к врачу;
- вызывать врача на дом;
- приобретать лекарства в аптеке.

Транспорт

Тематика

1. Основные транспортные средства.
2. Железнодорожный транспорт.

3. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города.

Экскурсия Экскурсия на вокзал (станцию).

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- виды междугородного транспорта;
- стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов);
- порядок приобретения билетов и талонов и компостирования талонов.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;

1. Правила поведения в гостях.

2. Выбор подарка.

3. Личная гигиена подростка.

4. Вред алкоголя и курения.

- ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;
- пользоваться кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.

Учреждения, организации и предприятия

Тематика

1. Ясли, детсад, школа.

2. Досуговые учреждения.

3. Итоговая работа – тест

Экскурсия

Экскурсия в дом детского творчества.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды детских учреждений и их назначение;
- адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются.

Учащиеся должны уметь:

- правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.;
- правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале;
- соблюдать правила поведения в школе.

7 класс (68 ч)

Личная гигиена

Тематика

1. Наркотики – путь в бездну.

Основные требования к знаниям учащихся

Учащиеся должны иметь представление о

- значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка;
- назначении индивидуальных предметов личной гигиены;
- необходимости гигиены одежды.

Учащиеся должны знать

- правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши);
- правила смены одежды и нательного и постельного белья;
- санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.

Культура поведения

Тематика

1. Правила поведения в гостях.
2. Выбор подарка.
3. Вручение и приём подарка.

Практическая работа

Изготовление несложных сувениров.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила поведения при встрече и расставании;
- правила поведения в гостях;
- правила вручения и приема подарков.

Учащиеся должны уметь:

- выбрать подходящую одежду для визита в гости;
- культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.);
- выбирать подарки;
- изготавливать простые сувениры;
- вручать и принимать подарки.

Жилище

Тематика

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.
2. Сезонная уборка жилого помещения.
3. Способы ухода за окнами.
4. Виды мебели.
5. Уход за мебелью.
6. Способы ухода за зеркалами.
7. Основные правила организации рабочего места школьника.

Практическая работа

Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- 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;
- правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме;
- правила содержания в доме собаки, кошки, попугая.

Учащиеся должны уметь:

- убирать жилые помещения;
- чистить мебель;
- мыть зеркала и стекла;
- утеплять окна.

Средства связи

Тематика

1. Виды бандеролей.
2. Упаковка. Заполнение бланка.
3. Экскурсия на почту.
4. Виды писем. Порядок отправки писем различных видов

Практические работы Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

Экскурсия На почту.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- перечень предметов, посылаемых бандеролью;
- максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;
- виды и способы упаковки бандеролей.

Учащиеся должны уметь:

- заполнять бланки на отправку бандеролей;
- составлять опись посылаемых предметов;
- упаковывать бандероли.

Транспорт

Тематика

1. Железнодорожный транспорт.
2. Основные службы вокзалов.
3. Типы поездов.
4. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны.
5. Виды пассажирских вагонов.
6. Приобретение железнодорожных билетов.
7. Разовые и сезонные билеты.
8. Проверочная работа по теме «Транспорт».

Экскурсия

Экскурсия на железнодорожный вокзал, станцию.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожиданий, комната матери и ребенка);
- порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону);
- порядке сдачи и получения багажа в камере хранения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- функции железнодорожного транспорта;
- виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий);
- примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния;
- виды справочных служб;
- виды камер хранения; сроки и стоимость хранения багажа.

Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- приобретать билеты в железнодорожной кассе;
- обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.

Торговля

Тематика

1. Универмаги и их отделы.
2. Специализированные магазины.
3. Порядок приобретения товаров.

Экскурсия

Экскурсия в промтоварный магазин.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление

- о назначении промтоварных магазинов;
- о порядке приобретения товаров.

Учащиеся должны знать:

- ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов;
- стоимость отдельных товаров.

Учащиеся должны уметь:

- приобретать некоторые товары в промтоварном магазине;
- подсчитывать стоимость покупок;
- правильно вести себя в магазине.

Семья

Тематика

1. Помощь родителям и воспитателям.

1. Приготовление пищи.
2. Приготовление салатов.
3. Приготовление закуски.
4. Приготовление первых блюд.
5. Приготовление макарон.
6. Приготовление вторых блюд.
7. Гигиена приготовления пищи. Правила безопасной работы на кухне
8. Приготовление третьих блюд.
9. Сервировка стола к обеду.
10. Питание (проверочная работа).

Учащиеся должны знать:

2. Подвижные игры с младшими детьми.
3. Семейные традиции.
4. Паспорт. Получение паспорта.
5. Бюджет семьи. Источники дохода.
6. Заработная плата, пенсия, пособия.
7. Составление доверенности.

Практические работы

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.

Разучивание тихих и подвижных игр.

Проведение игр с детьми младшего возраста.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- различные тихие и подвижные игры.

Учащиеся должны уметь:

- одевать малышей на прогулку;
- объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры;
- помогать первоклассникам при уборке игрушек.

Питание

Тематика

- способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов;
- последовательность приготовления блюд;
- возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
- правила пользования столовыми приборами.

Учащиеся должны уметь:

- готовить обед (закуска, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов и полуфабрикатов);
- готовить третьи блюда;
- оформлять готовые блюда;
- сервировать стол к обеду.

Медицинская помощь

Тематика

1. Домашняя аптечка.
2. Виды медицинской помощи.
3. Лекарственные растения.
4. Вызов «скорой помощи» и врача на дом.
5. Первая медицинская помощь.
6. Экскурсия в аптеку.
7. Наложение шины (практическая работа).
8. Медицинская помощь (тестирование).

Практические работы

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя. *Учащиеся должны иметь представление о*

- вреде самолечения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники);
- правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
- местные лекарственные растения;
- правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм;
- правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой и компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины).

Учащиеся должны уметь:

- пользоваться термометром;
- готовить отвары и настои из лекарственных растений;
- обрабатывать раны и накладывать повязки;
- накладывать временные шины.

Одежда

Тематика

1. Ремонт одежды – наложение заплаты.
2. Пр.р. «Пришивание пуговиц, вешалок, крючков, петель.
3. Наложение заплаты (самостоятельная работа).
4. Штопка разорванного места.
5. Ручная стирка х/б ткани.
6. Машинная стирка белья.
7. Утюжка прямого белья.
8. Утюжка спортивной одежды.
9. Виды услуг химчистки.
10. Зашивание распоровшегося шва.
11. Стирка изделий из цветных тканей.
12. Обобщение по теме «Одежда».

Практические работы:

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

Экскурсия

Экскурсия в химчистку.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- особенности стирки цветного и белого белья;
- правила пользования моющими средствами;
- устройство стиральной машины и правила пользования ею;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины;
- последовательность и особенности утюжки одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей и т. д.;
- назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

Учащиеся должны уметь:

- ремонтировать разорванные места одежды, штопать;
- стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины;
- гладить одежду и белье.

Учреждения, организации, предприятия

Тематика

1. Промышленные предприятия.
2. Правила поведения в школьных учреждениях.
3. Виды выпускаемой продукции.

Экскурсии

Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов;
- названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях;
- виды выпускаемой продукции;
- названия рабочих специальностей.

Учащиеся должны уметь

- обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.

8 класс (68 ч)

Личная гигиена

Тематика

1. Правила ухода за кожей лица.
2. Косметические дезинфицирующие средства

Практические работы

Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесении крема.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- типы кожи и правила ухода за кожей лица;
- виды косметических средств, для ухода за кожей лица и правила пользования ими.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года;
- правильно пользоваться косметическими средствами.

Культура поведения

Тематика

1. Культура общения юноши и девушки.
2. Значение тона разговора.
3. Внешний вид молодых людей.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

- культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;
- выбирать косметические средства, украшения;
- подбирать причёску, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т. д.).

Жилище

Тематика

1. Правила уборки кухни.
2. Правила уборки санузла.
3. Правила мытья кафельных стен.
4. Обобщение по теме «Жилище».

Практические работы

Мытье кафельных стен, чистка раковин.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Семья

Тематика

1. Правила ухода за грудным ребёнком.
2. Кормление грудного ребёнка.
3. Одежда и постель грудного ребёнка.
4. Правила купания грудного ребёнка.
5. Посуда грудного ребёнка.
6. Статьи расходов.
7. Расходы на питание.
8. Планирование крупных покупок.
9. Содержание жилища.
10. Расчет оплаты электроэнергии и газа.
11. Планирование расходов на день.
12. Проверочная работа по теме «Бюджет».

Практические работы

Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы.

Мытье детской посуды, игрушек.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Средства связи

Тематика

1. Телефон, таксофон.
2. Экскурсия на переговорный пункт.

Экскурсия

Экскурсия на переговорный пункт.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним телефоном;
- правила пользования телефонным справочником;
- номера телефонов срочного вызова (пожарной службы, аварийных служб, милиции и т.д.);
- функции и виды междугородной телефонной связи;
- правила пользования автоматической телефонной связью;
- тарифы на телефонные разговоры в дневное и вечернее время, выходные дни, зависимость оплаты от дальности расстояния;
- порядок заказа междугородного телефонного разговора;
- порядок заказа разговора в кредит.

Учащиеся должны уметь:

- объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- получать по телефону справки, узнавать время;
- культурно разговаривать по телефону.

Транспорт

Тематика

1. Междугородный автотранспорт.
2. Водный транспорт.
3. Правила поведения на воде.

Экскурсия

Экскурсия на автобусную станцию или в порт.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении междугородного автовокзала, речного и морского порта.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать

- основные автобусные маршруты;
- основные маршруты водного транспорта.

Учащиеся должны уметь

- пользоваться расписанием;
- определять стоимость проезда; покупать билет, обращаться за справкой.

Торговля

Тематика

1. Специализированные магазины.
2. Виды товара, отделы.
3. Правила поведения в магазине.

Практические работы

Упражнения в подсчете стоимости покупок.

Экскурсия

Экскурсия в один из специализированных магазинов.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении специализированных магазинов.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать

- ассортимент товаров в различных специализированных магазинах;
- стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать покупку с учетом различных условий;
- подсчитывать стоимость покупок;
- культурно вести себя в магазине.

Одежда

Тематика

1. Стирка шерстяных изделий.
2. Стирка синтетических изделий.
3. Стирка хлопчатобумажных изделий.
4. Глажение фасонной одежды.
5. Правила пользования прачечной.
6. Прачечная самообслуживания.

Практические работы

Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Заполнение бланков для сдачи белья.

Экскурсия

Экскурсия в прачечную.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и последовательность утюжки изделий;
- правила пользования прачечной, виды услуг;
- правила подготовки вещей к сдаче в стирку;
- правила пришивания меток;
- правила пользования прачечной самообслуживания.

Учащиеся должны уметь:

- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- утюжить блузки, рубашки, платья;
- заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.

Питание

Тематика

1. Приготовление пищи.
2. Кухонные механические приспособления.
3. Консервирование овощей, фруктов и ягод.
4. Замораживание овощей.
5. Приготовление изделий из теста.
6. Выпечка блинов.
7. Приготовление песочного печенья.
8. Составление меню.

9. Повторение темы «Питание».

Практические работы

Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнения в составлении меню.

Учащиеся должны иметь представление о

- разнообразии изделий из теста, приготовленных в домашних условиях;
- способах заготовки овощей и фруктов впрок.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- способы и последовательность приготовления изделий из теста;
- способы и последовательность соления и квашения овощей;
- способы варки варенья из фруктов и ягод.

Учащиеся должны уметь:

- готовить изделия из разных видов теста;
- оформлять эти изделия;
- солить овощи, варить варенье;
- составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.

Медицинская помощь

Тематика

1. Помощь при несчастных случаях.
2. Первая помощь утопающему.
3. Глистные заболевания.
4. Укусы животных.
5. Тепловой и солнечный удары.

Практические работы

Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении.

Упражнения в оказании первой помощи утопающему.

Экскурсия

Экскурсия в поликлинику.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (правила обработки пораженного при ожогах участка кожи, промывания желудка при отравлении, меры, принимаемые при обмороживании разных степеней, при солнечных и тепловых ударах);
- виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.

Учащиеся должны уметь:

- оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании;

- оказывать первую помощь утопающему.

Учреждения и организации и предприятия

Тематика

1. Госучреждения.
2. Отделы районной администрации.
3. Поселковые госучреждения.

Экскурсия

Экскурсия в одну из организаций по теме.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- куда обращаться в случае необходимой помощи;
- адрес местной префектуры;
- функции отдела по учету и распределению жилплощади, отдела социального обеспечения, отдела народного образования, комиссии по делам несовершеннолетних, отдела по трудоустройству.

9 класс (68 ч.)

Личная гигиена

Тематика

Правила личной гигиены.

Здоровый образ жизни.

Вред курения и алкоголя.

Учащиеся должны иметь представление о

- необходимости поддержания физического здоровья;
- современных спортивных увлечениях: фитнесе, шейпинге, бодибилдинге, бесконтактных единоборствах, ритмической гимнастике и т.п.;
- вреде курения для курящих и окружающих о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки.

Основные требования к знаниям учащихся

Учащиеся должны знать

- о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.

Культура поведения

Тематика

1. Правила общежития.
2. Приём гостей.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать

- культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь);
- правила приема гостей (поведения хозяев при встрече, расставании, во время визита).

Учащиеся должны уметь:

- встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей;
- анализировать поступки людей и давать им правильную оценку;
- соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.

Семья

Тематика

1. Основы семейных отношений.
2. Обязанности членов семьи.
3. Забота о детях.
4. Основные статьи расходов.
5. Расходы на досуг.
6. Экономия в домашнем хозяйстве.
7. Сбережения. Виды вкладов.
8. Государственное страхование.
9. Кредит. Оформление кредита.

Учащиеся должны иметь представление о

- порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье;
- морально-этических нормах взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях;
- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны уметь

- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.

Средства связи

Тематика

1. Посылки. Правила упаковки.
2. Виды денежных переводов.
3. Заполнение бланка денежного перевода.

Практические работы

Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанции по оплате телефонных услуг.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- современные виды связи;
- виды денежных переводов, их стоимость.

Учащиеся должны уметь:

- заполнять бланки почтового и телеграфного переводов;
- оформлять квитанцию по оплате телефонных услуг.

Медицинская помощь

Тематика

1. Инфекционные заболевания.
2. Отравления.
3. Листок нетрудоспособности.
4. Уход за больным.

Практические работы

Уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), измерять температуру, наложить горчичники (на куклу), сменить постель лежачего больного.

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам.

Учащиеся должны иметь представление о

- кишечных инфекционных заболеваниях, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- меры по предупреждению инфекционных заболеваний;
- правила ухода за больными;
- условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).

Учащиеся должны уметь:

- одевать, умывать, кормить больного (взрослого, ребенка);
- измерять температуру;
- ставить горчичники (на куклу);
- перестилать постель лежачего больного.

Жилище

Тематика

1. Интерьер квартиры.
2. Виды уборки квартиры.
3. Сохранение жилищного фонда.

Практическая работа

Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели);
- требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;
- правила сохранения жилищного фонда.

Учащиеся должны уметь:

- расставлять мебель в квартире (на макете);
- подбирать детали интерьера.

Питание

Тематика

Гигиена питания.

Меню праздничного стола.

Сервировка праздничного стола.

Приготовление национальных блюд.

Питание детей ясельного возраста.

Приготовление соусов.

Диетическое питание.

Дрожжевое тесто.

Тестирование по теме «Питание».

Практические работы

Приготовление национальных блюд.

Составление меню праздничного стола.

Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.

Учащиеся должны иметь представление о

- диетическом питании.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- способы приготовления национальных блюд;
- правила сервировки праздничного стола;
- меню ребенка ясельного возраста.

Учащиеся должны уметь:

- готовить национальные блюда;
- сервировать праздничный стол;
- готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста;
- готовить отдельные диетические блюда.

Одежда и обувь

Тематика

1. Мода. Стиль в одежде.
2. Покупка одежды и обуви.
3. Варианты обновления одежды.
4. Выведение пятен с одежды.
5. Ремонт одежды.
6. Тестирование по теме «Одежда».

Практические работы

Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви.

Выведение пятен.

Учащиеся должны иметь представление о

- стиле одежды и моде;
- средствах выражения индивидуальности;
- воздействии средств для выведения пятен на различные виды тканей.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата;
- способы обновления одежды с помощью мелких деталей;
- средства для выведения пятен в домашних условиях;
- общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со средствами для выведения пятен.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером;
- определять стиль одежды;
- пользоваться журналом мод;
- рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
- выводить пятна различными способами и средствами.

Транспорт

Тематика

1. Авиатранспорт.
2. Аэровокзал.

Экскурсия

Экскурсия в аэропорт или в кассу Аэрофлота.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление

- о назначении авиатранспорта.

Учащиеся должны знать:

- основные маршруты самолетов;
- службы аэровокзала;
- порядок приобретения и возврата билетов;
- правила посадки в самолет.

Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться в расписании;
- определять маршрут и выбирать транспортные средства.

Торговля

Тематика

1. Продуктовый рынок.
2. Комиссионный магазин.
3. Экскурсия в комиссионный магазин.

Экскурсия

Экскурсия на рынок или ярмарку.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении ярмарки, рынка, их отличия от магазина комиссионной торговли, скупки, уцененной торговли.

Основные требования к знаниям к умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- отделы рынка;
- цены на отдельные товары;
- отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах;
- правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин;
- правила получения денег за проданные вещи.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями;
- вежливо обращаться к продавцу;
- подсчитывать стоимость покупок.

Учреждения, организации, предприятия

Тематика

1. Предприятия бытового обслуживания.
2. Профессии работников КБО.

Экскурсия

Экскурсия на предприятие бытового обслуживания населения.

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении предприятий бытового обслуживания.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- местонахождение предприятий бытового обслуживания;
- виды оказываемых ими услуг;
- правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания;
- профессии работников предприятий.

Учащиеся должны уметь

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

Профориентация и трудоустройство

Тематика

1. Ситуация выбора профессии.
2. Временная и постоянная занятость.
3. Охрана труда несовершеннолетних.
4. Оформление на работу.
5. Трудовой договор.
6. Трудовой стаж.
7. Заключение контракта.
8. Обобщение по теме «Трудоустройство».

Практические работы

Составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки; заполнение анкеты.

Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии.

Экскурсия

Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии;
- учреждения и отделы по трудоустройству;
- местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;
- виды документов, необходимых для поступления на работу;
- правила перехода на другую работу;
- перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Учащиеся должны уметь:

- соотносить выбранную профессию со своими возможностями;
- заполнять анкету;
- писать заявление, автобиографию;

- составлять заявки на материалы, инструменты;
- писать расписку, докладную записку;
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

Раздел, тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
<p>«Личная гигиена» Правила личной гигиены. Правила охраны зрения. Уход за волосами.</p>	3	Изучают последовательность проведения туалета, знакомятся с правилами гигиены. Знакомятся с правилами сохранения зрения. Правилами чистки зубов, ухода за волосами.
<p>«Культура поведения» Поведение в музее, библиотеке. Поведение в кино, театре.</p>	3	Знакомятся с правилами поведения, называют вежливые слова, которые можно использовать при встрече и расставании. Объясняют как вежливо обратиться с просьбой.
<p>«Жилище» Виды жилых помещений. Почтовый адрес дома.(экскурсия) Написание адреса дома на конверте. Гигиенические требования к жилью. Последовательность уборки комнаты.</p>	7	Изучают различные виды жилья. Учатся ухаживать за домашними животными, растениями. Называют свой адрес.
<p>«Питание» Правильное питание. Столовая посуда, приборы. Кухонные приспособления, приборы. Приготовление пищи. Приготовление бутербродов. Приготовление блюд из яиц. Правила заваривания чая. Сервировка стола к завтраку. Поведение за столом.</p>	12	Знакомятся с различными видами блюд не требующих тепловой обработки. Накрывают на стол. Готовят простейшие блюда. Значение питания в жизнедеятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Поведение за столом.

«Транспорт» Виды городского транспорта.	2	Знакомятся с основными средствами передвижения. Рассказывают о правилах поведения на транспорте. Вспоминают основные правила дорожного движения. Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. ПДД.
«Торговля» Основные виды магазинов. Порядок приобретения товаров.	3	Знакомятся с различными видами магазинов. Учатся приобретать товар по списку. Продуктовые магазины и их отделы. Порядок приобретения товаров.
«Одежда и обувь» Виды одежды и головных уборов. Повседневный уход за одеждой. Уход за обувью.	4	Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.
Итого	34	

6 класс

Раздел, тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
«Личная гигиена» Закаливание организма. Уход за кожей рук и ногтями. Обобщающий урок: личная гигиена.	3	Рассказывают о правилах личной гигиены; объясняют требования к осанке. Выполняют упражнения на совершение утреннего и вечерний туалета. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Средства и предметы по уходу за руками и ногами.
«Культура поведения» Осанка при ходьбе, сидя и стоя. Формы обращения к старшим. Формы обращения с просьбой. Разговор со сверстниками. Урок-инсценировка. Различные формы обращений.	4	Рассказывают о правилах поведения. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.
«Семья» Родственные отношения. Правила поведения в семье.	2	Рассказывают о своей семье, называют профессии своих родителей, обязанности в семье. Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся. Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.
«Жилище» Гигиенические требования к жилью.	8	Знакомятся с требованиями к жилому помещению, Проводят уборку. Знакомятся с правилами сезонной уборки жилого помещения.

<p>Периодичность уборки помещения. Сезонная уборка помещения. Организация спального места. Виды половых покрытий. Ковры и ковровые покрытия. Пылесос. Обобщение по теме «Жилище».</p>		<p>Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Сезонная уборка помещения. Организация спального места. Виды половых покрытий. Ковры и ковровые покрытия. Уход за полом в зависимости от его покрытия. Устройство и назначение пылесоса.</p>
<p>«Средства связи» Экскурсия на почту и телеграф. Основные средства связи. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Написание адреса на конверте. Телеграф. Составление текстов телеграмм. Обобщение по теме «Средства связи» текстов телеграмм.</p>	8	<p>Знакомятся с видами почтовых отправлений, профессиями почтовых работников. Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Правила написания адреса на конверте. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Правила составления текстов телеграмм.</p>
<p>«Питание» Кухонная бытовая техника. Правила безопасной работы на кухне. Хранение продуктов. Хранение готовой пищи. Урок-игра Сервировка стола к ужину. Сервировка стола к чаепитию. Приготовление отварных макарон. Приготовление салата из капусты. Приготовление блюд из круп. Приготовление блюд из молока. Приготовление блюд из картофеля. Виды и польза растительных масел. Правила ухода за кухонной посудой. Мытье. Обобщение по теме «Питание». Обобщение по теме «Питание».</p>	15	<p>Знакомятся с понятием «сервировка», учатся сервировать стол. Готовят бутерброды. Мебель и оборудование кухни. Посуда, приборы, приспособления. Правила безопасной работы на кухне. Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.</p>
<p>«Торговля» Продовольственные магазины.</p>	4	<p>Называют торговые точки, магазины их назначение. Магазины продовольственных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара.</p>

<p>Торговые отделы Порядок приобретения товаров. Обобщающий урок по теме «Торговля»</p>		<p>Хранение чека для возможности обмена.</p>
<p>«Одежда» Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц. Пришивание кнопок и крючков. Ручная стирка одежды. Стирка одежды из шёлка. Утюжка одежды. Виды заплатак, штопанье. Зашивание распоровшихся швов. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Уход за верхней одеждой. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др. Уход за головными уборами. Обобщение по теме «Одежда».</p>	12	<p>Называют виды сезонной одежды. Называют месяца и их признаки Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок и носовых платков.</p>
<p>Медицинские учреждения. Работники медицинских учреждений Виды медицинской помощи. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Основные врачи-специалисты. Первая медицинская помощь. Обобщение по теме «Одежда»</p>	6	<p>Учатся обращаться в регистратуру. Знакомятся с профессиями работников, видами медицинских учреждений. Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники. Виды врачебной помощи.</p>
<p>«Транспорт» Основные транспортные средства. Железнодорожный транспорт. Личная гигиена подростка. Вред алкоголя и курения. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города.</p>	3	<p>Знакомятся с транспортными средствами, профессиями работников транспорта. Основные транспортные средства. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.</p>
<p>«Учреждения и организации» Ясли, детсад, школа. Досуговые учреждения. Итоговая работа –тест</p>	3	<p>Дошкольные учреждения и их назначения, работники.</p>
Итого	68	

<i>Раздел, тема</i>	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
<p>«Личная гигиена» Наркотики – путь в бездну. Личная гигиена подростка. Вред алкоголя и курения.</p>	3	Учатся ухаживать за тело, совершать утренний и вечерний туалет. Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Вред алкоголя, наркотиков и курения.
<p>«Культура поведения» Правила поведения в гостях. Выбор подарка. Вручение и приём подарка.</p>	3	Рассказывают о правилах поведения. Знакомятся Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, правила поведения в гостях. Выбор, вручение и прием подарка.
<p>«Жилище» Регулярная уборка жилого помещения. Сезонная уборка жилого помещения. Способы ухода за окнами. Виды мебели. Уход за мебелью. Способы ухода за зеркалами.</p>	7	Рассказывают о правилах поведения. Знакомятся Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия, средства по уходу за мебелью. Чистящие средства для окон и зеркал.
<p>«Средства связи» Виды бандеролей. Упаковка. Заполнение бланка. Экскурсия на почту. Виды писем. Порядок отправки писем различных видов</p>	4	Называют основные средства, работников почты. Учатся подписывать конверт, изготавливать конверты. Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.
<p>«Транспорт» Железнодорожный транспорт. Основные службы вокзалов. Типы поездов. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Виды пассажирских вагонов. Приобретение железнодорожных билетов. Разовые и сезонные билеты. Проверочная работа по теме «Транспорт».</p>	8	Изучают основные виды транспортных средств. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. Порядок сдачи и получения его.

<p>«Торговля» Универмаги и их отделы. Специализированные магазины. Порядок приобретения товаров.</p>	3	Называют магазины, отделы. Учатся укладывать товар, выбирать по списку. Универмаги и универсамы, их назначение и отделы. Специализированные магазины. Хранение чека. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам.
<p>«Семья» Помощь родителям и воспитателям. Подвижные игры с младшими детьми. Семейные традиции Паспорт. Получение паспорта. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата, пенсия, пособия. Составление доверенности.</p>	7	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе. Порядок получения паспорта. Составляющие бюджета семьи. Составление доверенности.
<p>«Питание» Приготовление пищи. Приготовление салатов. Приготовление закуски. Приготовление первых блюд. Приготовление макарон Приготовление вторых блюд. Гигиена приготовления пищи. Правила безопасной работы на кухне Приготовление третьих блюд. Сервировка стола к обеду. Питание (проверочная работа).</p>	10	Моют посуду, сервируют стол. Знакомятся с бытовыми приборами Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю. Сервировка стола к обеду.
<p>«Медицинская помощь» Домашняя аптечка. Виды медицинской помощи. Лекарственные растения. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Первая медицинская помощь. Экскурсия в аптеку. Наложение шины. (Практич. Работа). Медицинская помощь (тестирование).</p>	8	Знакомятся с медицинскими учреждениями, учатся оказывать первую помощь. Состав домашней аптечки. Лекарственные растения в домашней аптечке. Приготовление отваров и настоев. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов. Приемы наложения шины.
<p>«Одежда»</p>	12	Изучают особенности стирки. Ухаживают за одеждой, выполняют починку

<p>Ремонт одежды – наложение заплата. Пр.р. «Пришивание пуговиц, вешалок, крючков, петель. Наложение заплата (самост. Работа). Штопка разорванного места. Ручная стирка х/б ткани. Машинная стирка белья. Утюжка прямого белья. Утюжка спортивной одежды. Виды услуг химчистки. Зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий из цветных тканей. Обобщение по теме «Одежда».</p>		<p>одежды. Чистят обувь, подготавливают к хранению. Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплата. Использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Химчистка, виды услуг и правила пользования.</p>
<p>«Учреждения и организации» Промышленные предприятия. Правила поведения в школьных учреждениях. Виды выпускаемой продукции.</p>	3	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.
Итого	68	

8 класс

Раздел, тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
<p>«Личная гигиена» Правила ухода за кожей лица. Косметические дезинфицирующие средства.</p>	2	Знакомятся с видами косметических средств, особенностями кожи., правилами ухода за телом в подростковом возрасте. Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Средства и способы сохранения здоровья.
<p>«Культура поведения» Культура общения юноши и девушки. Значение тона разговора. Внешний вид молодых людей.</p>	3	Повторяют вежливые слова. Рассказывают основные правила поведения в общественных местах. Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. Значение тона разговора.
<p>«Жилище» Правила уборки кухни. Правила уборки санузла. Правила мытья кафельных стен. Обобщение по теме «Жилище».</p>	4	Знакомятся с санитарно-гигиеническими требованиями к содержанию кухни, сан.узла. Учатся мыть кухню, посуду. Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.

<p>«Семья» Правила ухода за грудным ребёнком. Кормление грудного ребёнка. Одежда и постель грудного ребёнка. Правила купания грудного ребёнка. Посуда грудного ребёнка. Статьи расходов. Расходы на питание. Планирование крупных покупок. Содержание жилища. Расчет оплаты электроэнергии и газа. Планирование расходов на день. Проверочная работа по теме «Бюджет».</p>	13	<p>Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним – кормление из соски, с ложечки; купание, одевание, пеленание, уборка постели. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Упражнения в купании, пеленании и одевании куклы. Бюджет семьи. Виды источников дохода, основные статьи расходов. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в сбербанк.</p>
<p>«Средства связи» Телефон, таксофон. Экскурсия на переговорный пункт.</p>	4	<p>Называют виды телефонной связи. Тренируются в умении правильно вызвать по телефону необходимую службу. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Получение справок по телефону.</p>
<p>«Транспорт» Междугородный автотранспорт. Водный транспорт. Правила поведения на воде.</p>	3	<p>Перечисляют основные автобусные маршруты. Рассказывают о правилах оплаты проезда. Междугородный автотранспорт, автовокзал. Его назначение, маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Пристань. Порт. Основные службы.</p>
<p>«Торговля» Специализированные магазины. Виды товара, отделы. Правила поведения в магазине.</p>	5	<p>Учатся расплачиваться за приобретенный товар. Рассказывают о магазинах, отделах. Специализированные магазины. Виды товара, отделы. Правила поведения в магазине.</p>
<p>«Одежда» Стирка шерстяных изделий. Стирка синтетических изделий. Стирка хлопчатобумажных изделий. Глажение фасонной одежды. Правила пользования прачечной. Прачечная самообслуживания.</p>	6	<p>Повторяют правила стирки и сушки белья из различных материалов. Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Прачечная – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.</p>
<p>«Питание» Приготовление пищи. Кухонные механические приспособления. Консервирование овощей, фруктов и ягод.</p>	14	<p>Знакомятся со способами заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени, Готовят пресное тесто и изделия из него, учатся заготавливать ягоды без тепловой обработки.</p>

Замораживание овощей. Приготовление изделий из теста. Выпечка блинов. Приготовление песочного печенья. Составление меню. Повторение темы «Питание».		Кухонные механические приспособления. Заготовка продуктов впрок: варенье, соленье, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени. Замораживание овощей Виды теста. Приготовление изделия из теста. Запись рецептов. Упражнения в составлении меню.
«Медицинская помощь» Помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Глистные заболевания. Укусы животных. Тепловой и солнечный удары.	10	Учатся оказывать первую помощь. Знакомятся с правилами оказания помощи при ожогах и обморожениях. Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев. Профилактика глистных заболеваний. Помощь при укусах животных. Тепловой и солнечный удары.
«Учреждения и организации» Госучреждения. Отделы районной администрации. Поселковые госучреждения.	4	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.
Итого	68	

9 класс

Раздел, тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности
«Личная гигиена» Правила личной гигиены. Здоровый образ жизни. Вред курения и алкоголя.	3	Рассказывают о способах закаливания. Учатся ухаживать за своим телом. Повторяют правила сохранения зрения, слуха. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья. Вред курения, алкоголя и токсических веществ.
«Культура поведения» Правила общежития. Приём гостей.	2	Повторяют правила поведения в культурно-массовых местах. Объясняют правила поведения юноши и девушки. Адекватность поведения в обществе. Правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.
«Семья» Основы семейных отношений. Обязанности членов семьи. Забота о детях. Основные статьи расходов.	11	Знакомятся с основными статьями закона о браке и семье, условиями создания семьи. Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные

<p>Расходы на досуг. Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Виды вкладов. Государственное страхование. Кредит. Оформление кредита.</p>		<p>традиции. Упражнения в планировании бюджета семьи и распределении обязанностей в семье. Сбережения. Виды вкладов. Государственное страхование. Кредит. Оформление кредита.</p>
<p>«Средства связи» Посылки. Правила упаковки. Виды денежных переводов. Заполнение бланка денежного перевода.</p>	3	<p>Рассказывают об основных средствах связи. Составляют текст телеграммы. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни. Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Заполнение бланка денежного перевода.</p>
<p>«Медицинская помощь» Инфекционные заболевания. Отравления. Листок нетрудоспособности. Уход за больным.</p>	7	<p>Знакомятся с инфекционными заболеваниями, особенностями ухода за больными, профилактическими средствами. Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.</p>
<p>«Жилище» Интерьер квартиры. Виды уборки квартиры. Сохранение жилищного фонда.</p>	5	<p>Проводят сухую и влажную уборку. Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Виды уборки квартиры. Сохранение жилищного фонда.</p>
<p>«Питание» Гигиена питания. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Приготовление национальных блюд. Питание детей ясельного возраста. Приготовление соусов. Диетическое питание. Дрожжевое тесто. Тестирование по теме «Питание».</p>	12	<p>Знакомятся с правилами определения доброкачественности продуктов. Способами хранения продуктов. Гигиена питания. Составление меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Приготовление соусов. Разновидности дрожжевого теста и приготовление из него выпечки.</p>
<p>«Одежда» Мода. Стиль в одежде. Покупка одежды и обуви. Варианты обновления одежды. Выведение пятен с одежды. Ремонт одежды. Тестирование по теме «Одежда».</p>	7	<p>Учатся определять размеры обуви и одежды. Знакомятся со стилями одежды. Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.</p>
<p>«Транспорт»</p>	3	<p>Знакомятся с авиатранспортом, правилами перевозки пассажиров.</p>

Авиатранспорт. Аэровокзал.		Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.
«Торговля» Продуктовый рынок. Комиссионный магазин. Экскурсия в комиссионный магазин.	4	Знакомятся с особенностями рыночной торговли. Различие рынка от магазина: одно из них – право покупателя предлагать продавцу снизить цену (право торговаться) - право выбора товара.
«Учреждения и организации» Предприятия бытового обслуживания. Профессии работников КБО.	2	Предприятия бытового обслуживания, их назначение. Профессии работников ПБО.
«Трудоустройство» Ситуация выбора профессии. Временная и постоянная занятость. Охрана труда несовершеннолетних. Оформление на работу. Трудовой договор. Трудовой стаж. Заключение контракта. Обобщение по теме «Трудоустройство».	9	Называют знакомые профессии, учатся самостоятельно определить свои наклонности при выборе профессии. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание. Упражнение в заполнении трудового договора.
Итого	68	