

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Тарутинская средняя школа»

Рассмотрено: на заседании МС протокол № <u>1</u> от « <u>27</u> » <u>августа</u> 2018г.	Согласовано: зам. директора по УВР Лавринович С.Ф.  « <u>27</u> » <u>августа</u> 2018г.	Утверждено: Директор МКОУ «Тарутинская СШ» Войшель О.А.  « <u>27</u> » <u>августа</u> 2018г.
--	---	--



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

для детей с нарушением интеллекта  
(легкая степень умственной отсталости)

«СБО»

6-9 классы

учитель: Войшель О.А

пос. Тарутино 2018 г.

Тип программы: рабочая программа для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости)

Статус программы: рабочая программа учебного курса «Социально-бытовая ориентировка» для 5-9классов.

Сроки освоения программы: 1 год.

Объем учебного времени: 5 класс – 34 часа в год;

6 - 9 классы – 68 часов в год.

Режим занятий: 5 класс - 1 час в неделю,

6 - 9 классы – 2 часа в неделю.

Формы контроля: устный фронтальный, устный индивидуальный, текущий, итоговая самостоятельная работа, тестовые задания, контрольная работа.

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости) «Социально-бытовая ориентировка», 5-9классы составлена с учётом следующих документов:

- ФЗ «Об образовании» в РФ № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г., №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Постановление от 29 декабря 2010г. №189 об утверждении САНПИН 2.4.2. 2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Методические рекомендации по формированию учебных планов для организации образовательного процесса детям с ограниченными возможностями здоровья в Красноярском крае;
- Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования.

Программой предусмотрено: **5 класс – 34 часов в год- 1 час в неделю**

**6 - 9 классы – 68 часов в год -2 часа в неделю.**

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.

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.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба 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. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда. 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).

Для занятий по СБО требуется разнообразный дидактический раздаточный материал.

Достичь желаемых результатов в процессе СБО учащихся с нарушением интеллекта в комплексе с учебной работой помогает организация воспитательной работы. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок. Домашнее задание, как правило, не задается. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателями или дома.

*Уровни социально-бытовой подготовленности:*

1. Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;
2. Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.

3. Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах. Обучение ведется с опорой на личный опыт и знания учащихся.

### **Актуальность создания программы**

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников.

Учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

В программу внесены необходимые изменения, связанные с материальным обеспечением и нуждами школы. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых. Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы. Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация презентаций, видео-роликов. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения села. Для закрепления знаний, проверки умений и навыков в конце каждой четверти проводится самостоятельная работа или тестирование.

### **Цель.**

Подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

### **Задачи:**

-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.

### **Основные формы и методы работы.**

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.

### **Ожидаемые результаты.**

В результате реализации программы по социально-бытовой ориентировке воспитанники:

научатся правилам ведения домашнего хозяйства;

получат практические знания о самостоятельной жизни, и жизненно необходимых бытовых умениях и навыках; скорректируется личностное развитие и подготовка их к самостоятельной жизни.

### **Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса СБО.**

#### **В 5 классе:**

#### ***1. Обучающиеся должны знать:***

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

✓ Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

✓ Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).

✓ Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

✓ Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

✓ Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.

✓ Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.

✓ Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

## **2. Обучающиеся должны уметь:**

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

✓ Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

✓ Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

✓ Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

✓ Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,

✓ Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.

✓ Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

✓ Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

✓ Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

## **В 6 классе:**

### **1 Обучающиеся должны знать:**

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

✓ Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.

✓ Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.

✓ Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.

✓ Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.

✓ Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.

✓ Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.

✓ Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

- ✓ Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.
- ✓ Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.
- ✓ Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

## **2. Обучающиеся должны уметь:**

- ✓ Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- ✓ Закалывать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.
- ✓ Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.
- ✓ Зашивать одежду по распороченному шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.
- ✓ Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.
- ✓ Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими

### **ЛЮДЬМИ.**

- ✓ Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.
- ✓ Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.
- ✓ Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
- ✓ Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.
- ✓ Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать

### **ПОВЯЗКИ.**

## **В 7 классе:**

### **1. Обучающиеся должны знать:**

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

✓ Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

✓ Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

## **2. Обучающиеся должны уметь:**

✓ Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

✓ Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

✓ Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

✓ Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

✓ Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.

✓ Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.

✓ Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

✓ Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.

✓ Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

✓ Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

✓ Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

## **В 8 классе:**

### **2. Обучающиеся должны знать:**

✓ Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.

✓ Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки

✓ Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.

✓ Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.

✓ Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.

✓ Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно – гигиенические требования к данным помещениям.

✓ Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.

✓ Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.

✓ Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления

✓ Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи

✓ Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

## **2. Обучающиеся должны уметь:**

- ✓ Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- ✓ Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- ✓ Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- ✓ Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- ✓ Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- ✓ Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- ✓ Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- ✓ Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.
- ✓ Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- ✓ Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- ✓ Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

## **В 9 классе:**

### **1. Обучающиеся должны знать:**

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

### **2. Обучающиеся должны уметь:**

- ✓ Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.

- ✓ Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- ✓ Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- ✓ Встречать гостей, вежливо вести себя 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.

**3. Обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- рациональной организации труда и отдыха;
- безопасного обращения с веществами и материалами;
- ремонта изделий из различных материалов; создания изделий или получения продукта с использованием ручных инструментов, машин, оборудования и приспособлений;
- приготовления и повышения качества, сокращения временных и энергетических затрат при обработке пищевых продуктов; консервирования и заготовки пищевых продуктов в домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, включая блюда национальной кухни; выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий; сервировки стола и оформления приготовленных блюд;
- выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;
- построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;
- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## **Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.**

Учебный комплекс для обучающихся:

- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 6 класс» (Москва, Владос, 2013),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 8 класс» (Москва, Владос, 2013),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 9 класс» (Москва, Владос, 2013),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5 класс» (Москва, Владос, 2013),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 7 класс» (Москва, Владос, 2013),

Наличие методических разработок для учителей:

- Т.А.Девяткова «СБО в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида» (Москва, Владос, 2005),
- В.В.Воронкова «СБО учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида» (Москва, Владос, 2006),
- Л.А.Бабушкина «СБО, поурочные планы по программе В.В.Воронковой, 5 класс» (Волгоград, Учитель, 2013),
- С.А.Львова «Практический материал к урокам СБО в СКОШ VIII вида» (Москва, Владос, 2005),
- С.А.Львова «Справочник выпускника» (Москва, Владос, 2009),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы» (Москва, Владос, 2013).

Материально-техническое обеспечение.

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная доска
- Цифровые образовательные ресурсы
- Интернет-ресурсы:
- [http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11\\_099.swf](http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11_099.swf)- те
- [www.openclass.ru](http://www.openclass.ru)

- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/> <http://old.internet-school.ru> (интернет-школа просвещение.ru)
- [www.skillopedia.ru](http://www.skillopedia.ru) (видеоуроки)
- <http://festival.1september.ru/>
- Компьютерные презентации к урокам
- Кабинет для приготовления пищи

## Содержание программы.

**ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (6)**..Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание силы воли.

**Практические работы.** Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос, подмывание на ночь; стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем; стирка носового платочка, трусиков, носок; установка настольной лампы на рабочем месте.

**КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (4)**.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; приемы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом.

**Практические работы.** Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки; ролевая игра — ситуативные диалоги — при встрече, расставании и за столом.

**ЖИЛИЩЕ (7)**.Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения .Виды жилья: собственное, государственное. Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции — комнаты отдельные, смежные; по назначению — спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе. Почтовый адрес дома, школы.

**Практические работы** .Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе; организация рабочего места школьника.

**ПИТАНИЕ (8).** Значение питания в жизни и деятельности 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.

**Практические работы.** Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей; строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами; приготовление бутербродов, салата, винегрета, окрошки овощной на кефире, напитка из варенья; сервировка стола с учетом различных меню; мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения; стирка салфеток.

**ТРАНСПОРТ (3).** Виды транспортных средств. Проезд и путь в школу (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

**Экскурсии.** Коллективные поездки в транспорте. **Практические работы.** Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы. Изготовление знаков дорожного движения, встречающиеся по дороге к дому, школе.

**ТОРГОВЛЯ (3)** Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных. Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. Продуктовые специализированные; «Булочная», Булочная-кондитерская», «Овощи и фрукты» и др. Виды товаров фасованные и в развес и розлив.

Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности, стоимость. Хранение товаров фасованных и в развес, разлив. **Практические работы.**

Экскурсия в продовольственный магазин. Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы; определенные сроки годности (на примере молочных продуктов); приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.

**ОДЕЖДА И ОБУВЬ (3).** Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

**Практические работы.** Сушка и чистка — домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви. **Контрольное тестирование.**

**6 класс.**

### ***Человек и его здоровье (5 часов).***

Укрепление здоровья: закаливание организма. Органы чувств, их роль в жизни человека. Правила и приемы ухода за органами зрения. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека. Профилактика гепатита и кишечных инфекций. Меры предупреждения глистных заболеваний. *Практические работы:* «Выполнение утренней зарядки», «Уход за глазами», «Проверка зрения».

### ***Технологии ведения дома (13 часов).***

Значение опрятного вида человека. Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды и обуви. Санитарно-гигиенические требования по уходу за одеждой. Правила ТБ при работе с электрооборудованием и стиральными порошками. Правила и приемы стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков.

Ремонт одежды (пришивание пуговиц, подшивание распоровшегося края изделия). Гигиенические требования к жилому помещению. Повседневная уборка помещений. Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой, чистящими средствами при уборке квартиры. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Утепление окон. Уборка помещения. *Практические работы:* «Глажение х/б изделий», «Пришивание пуговиц», «Подшивание распоровшегося края изделия», «Уборка помещения», «Утепление окон».

### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов).***

Городской транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Маршруты передвижения до школы. Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов). Правила передвижения на велосипеде. Пригородные поезда. Расписание. *Практические работы:* «Определение пункта назначения». *Экскурсия на станцию «Сухона».*

### ***Торговля (6 часов).***

Магазины промышленных товаров. Порядок приобретения товаров и их оплата. Специализированные магазины. Права покупателя. *Практические работы:* «Приобретение товара». *Экскурсия в магазин промышленных товаров.*

### ***Кулинария (12 часов).***

Пища как биологическая основа жизни. Режим питания, его значение. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Хранение пищевых продуктов и готовой продукции. Способы выбора доброкачественных продуктов. Правила ТБ при работе с газовой плитой, горячей жидкостью, режущими инструментами. Безопасные приемы работы. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Кулинарная обработка различных видов продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Простейшие блюда с минимумом тепловой обработки. Виды молочных продуктов, их разнообразие, значение. Составление рецепта готового блюда. История

возникновения чая. Заварка чая. *Практические работы:* «Мытье посуды», «Чтение рецепта, подбор продуктов», «Приготовление отварных макарон», «Приготовление молочной каши», «Составление рецепта приготовленного блюда», «Заварка чая».

### ***Культура поведения (3 часа).***

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора. *Экскурсия в кинотеатр.*

### ***Семья (2 часа).***

Инициалы членов семьи. Место работы членов семьи, их должности. Права и обязанности каждого члена семьи. *Практические работы:* «Запись сведений о родителях и других членах своей семьи».

### ***Оказание первой медицинской помощи (6 часов).***

Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений, их значение (больница, поликлиника, аптека, диспансер). Работники медицинских учреждений, их обязанности. *Экскурсия в аптеку.*

### ***Учреждения (3 часа).***

Дошкольные учреждения, школы, лицеи. Дом детского творчества: место расположения, виды кружков и секций. *Экскурсия в ДДТ.*

### ***Средства связи (5 часов).***

Основные средства связи, их назначение (телефон, почта, компьютер). Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок их отправления. Письмо и телеграмма, их отличие. *Практические работы:* «Написание адреса на конверте», «Составление текста телеграммы». *Экскурсия на почту.*

### ***Повторение (8 часов).***

Укрепление здоровья: закаливание организма летом. Нарушения зрения, его профилактика. Ведение разговора со взрослыми, сверстниками. Гигиена жилища. Средства связи. Основные правила пользования персональными компьютерами. Основной состав домашней аптечки. Кулинария. Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов. Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).

**7 класс.**

### ***Человек и его здоровье (4 часа).***

Особенности личной гигиены подростка. Покровы тела. Уход за кожей лица и волосами. Опора и движение. Опорно-двигательная система. Профилактика травматизма. *Практические работы: «Подбор шампуня».*

### ***Технологии ведения дома (14 часов).***

Значение продления срока службы одежды. Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды. Ремонт одежды. Заплата (виды), штопка. Использование бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей. Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой. Правила ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки. Стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения одежды, брюк. Регулярная и сезонная уборка помещения. Уход за различными видами половых покрытий. Средства для ухода за полом. Уход за мебелью. Мытье стекол, зеркал. Правила пользования пылесосом, уход за ним. *Практические работы: «Наложение заплаты», «Мытье пола», «Пользование пылесосом», «Уборка помещения».*

### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов).***

Междугородний железнодорожный транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Железнодорожные вокзалы, службы вокзала. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения ж/д билетов. Пункт назначения, вид поезда, тип вагона, стоимость проезда. *Практические работы: «Определение пункта назначения, типа вагона».*  
*Экскурсия на станцию «Сухона».*

### ***Торговля (6 часов).***

Универмаги, супермаркеты, их назначение. Отделы магазинов. Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров. Хранение чека. Права потребителя и их защита. Распродаж товаров. Прием товаров у населения. *Экскурсия в супермаркет.*

### ***Кулинария (15 часов).***

Правила гигиены при приготовлении пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами. Виды питания. Планирование рационального питания. Значение первых блюд. Виды первых блюд. Приготовление холодных и горячих блюд. Значение вторых блюд из овощей. Приготовление овощного салата. Значение вторых блюд из рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных продуктов. Значение третьих блюд. Приготовление компота. Составление собственного рецепта блюда. Подбор продуктов по рецепту. Оформление блюд и правила их подачи к столу. Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину). Составление меню завтрака, обеда и ужина. *Практические работы: «Знакомство с инструкцией по работе с микроволновой печью», «Чтение рецептов, подбор продуктов», «Приготовление щей», «Приготовление салата из овощей», «Приготовление мясных котлет», «Приготовление компота из яблок», «Составление меню завтрака».*

### ***Культура поведения (6 часов).***

Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Правила поведения при встрече и расставании, приеме подарка. Поход в гости. Правила поведения в гостях. Изготовление несложных сувениров в подарок. Ролевая игра «В гости к ...». *Практические работы:* «Подарок своими руками».

### ***Семья (3 часа).***

Помощь родителям в уходе за детьми. Оказание помощи малышам в одевании на прогулку. Разучивание с малышами тихих и подвижных игр. *Практические работы:* «Одевание малышей на прогулку», «Разучивание игр с малышами», «Проведение игр с малышами».

### ***Оказание первой медицинской помощи (5 часов).***

Виды доврачебной помощи (измерение температуры, обработка порезов, ссадин). Оказание первой помощи при ушибах, кровотечениях. Лекарственные растения в домашней аптечке, их назначение. Первая медицинская помощь при травмах (вывих, перелом). Наложение повязок. *Практические работы:* «Наложение повязок». *Экскурсия в медпункт.*

### ***Учреждения (2 часа).***

Промышленные предприятия города, их назначение, месторасположение. Сельскохозяйственные предприятия района, их назначение, месторасположение.

### ***Средства связи (8 часов).***

Почта. Виды бандеролей. Порядок отправления бандеролей. Заполнение бланков на отправку. Посылки. Правила отправления. Заполнение бланков на отправку. Посылки и бандероли, отправляемые наложенным платежом. Упаковка бандеролей, посылок. *Экскурсия на почту.*

## **8 класс.**

### ***Человек и его здоровье (4 часа).***

Значение косметики для юношей и девушек. Из истории косметики. Покровы тела. Уход за кожей. Правила и приемы ухода за кожей лица. Подбор средств ухода. Использование масок для лица из фруктов и овощей. Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Влияние физических упражнений. Факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. *Практические работы:* «Упражнения в протирании кожи лица лосьоном».

### ***Технологии ведения дома (14 часов).***

Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики. Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Проблемы безопасного использования веществ в повседневной жизни. Стирка шерстяных и синтетических изделий. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платков. Химчистка, правила пользования, месторасположение в городе. Уборка кухни, санузла. Разнообразие моющих и чистящих средств. Уборка ванной. Мытье кафельных стен, чистка раковины. Бюджет семьи. Знакомство с понятием. Виды источников дохода, условия и порядок их получения. Определение суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. Основные статьи расходов семьи. Анализ бюджета семьи. Рациональное планирование расходов на основе актуальных потребностей семьи. Виды приобретений (за наличные, в кредит), необходимость. Упражнения в снятии показаний электросчетчика. Расчет стоимости электроэнергии. Расчет бюджета на месяц. Планирование крупных покупок. Составление доверенности на получение зарплаты, стипендии. Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов. Рынки. Виды рынков. Различие рынка и магазина. *Практические работы: «Стирка изделий», «Чистка раковины», «Определение суммы доходов за месяц, год», «Планирование расходов семьи на месяц», «Заполнение квитанций за свет», «Расчет бюджета на месяц», «Написание доверенности». Экскурсия на рынок. Экскурсия в Сбербанк.*

#### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов).***

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение. Расписание, приобретение билетов. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Водный транспорт, значение. Порт, основные службы. Приобретение билетов, стоимость проезда. Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему. *Практические работы: «Выбор пункта назначения. Определение времени отправления». Экскурсия на автовокзал.*

#### ***Кулинария (11 часов).***

Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими инструментами, электрооборудованием. Безопасные приемы работы. Оказание первой помощи при ожогах. Изделия из теста. Виды теста. Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Консервирование овощей и фруктов (запись рецептов). Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов. Приготовление овощного салата. *Практические работы: «Приготовление блинов», «Приготовление оладий», «Салат из овощей»*

#### ***Культура поведения (5 часов).***

Внешний вид молодых людей, его значение. Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Забота о репродуктивном здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем, их профилактика. ВИЧ-инфекция и ее профилактика.

#### ***Семья (5 часов).***

Грудной ребенок в семье, уход за ним. Одежда для одевания и пеленания малыша. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. *Практические работы:* «Мытье детской посуды, игрушек», «Пеленание куклы».

### ***Оказание первой медицинской помощи (7 часов).***

Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика. Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом. Приемы оказания первой помощи при ожогах, их профилактика. Приемы оказания первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика. Приемы оказания первой помощи при спасении утопающего. Оказание первой помощи при несчастных случаях (промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову). *Практические работы:* «Наложение повязок».

### ***Средства связи (6 часов).***

Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов различных служб по телефону. Междугородняя телефонная связь. Роуминг.

## **9 класс.**

### ***Человек и его здоровье (8 часов).***

Личная гигиена подростка (повторение). Инфекционные заболевания. Предупреждение распространения инфекционных заболеваний и соблюдение мер профилактики для защиты собственного организма. Народные способы и средства в борьбе с инфекционными заболеваниями. Уход за инфекционными больными. Иммунитет. Факторы, влияющие на иммунитет. Укрепление иммунитета. Документация, подтверждающая нетрудоспособность человека. *Практические работы:* «Уход за инфекционными больными».

### ***Создание изделий из технических и подделочных материалов (4 часа).***

Стили одежды. Мода. Современные направления моды в одежде. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Выбор индивидуального стиля в одежде. Определение собственного размера одежды и обуви. *Практические работы:* «Определение собственного размера одежды и обуви», *Экскурсия в магазин «Одежда».*

### ***Технологии ведения дома (6 часов).***

Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами. Средства и правила выведения пятен. Правила безопасности. Интерьер жилых помещений и их комфортность. Современные стили в оформлении жилых помещений. Подбор средств оформления интерьера жилого помещения с учетом запросов и потребностей семьи и санитарно-гигиенических требований. Требования к подборке штор, светильников. Сохранение жилищного фонда. Санитарная уборка жилища.

### ***Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 часа).***

Назначение авиатранспорта. Виды. Аэропорт. Службы аэропорта. Маршруты. Опасные ситуации на транспорте. Правила поведения в аэропорте, во время полета. Приобретение билетов на самолет. *Практические работы: «Приобретение билетов на самолет».*

### ***Торговля (5 часов).***

Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок. Значение ярмарок. Ярмарки Вологодской области. Магазины по сниженным ценам, эконом-класса. *Экскурсия в магазин эконом-класса.*

### ***Кулинария (11 часов).***

Влияние технологий обработки пищевых продуктов на здоровье человека. Профессии, связанные с производством и обработкой пищевых продуктов. Диетическое питание. Меню диетического питания. Питание детей ясельного возраста. Меню для детей. Национальная кухня. Традиционные национальные (региональные) блюда. Приготовление национальных блюд. Виды сервировки праздничного стола. Меню праздничного стола. *Практические работы: «Составление меню для детей», «Приготовление супа харчо», «Сервировка праздничного стола», «Составление меню праздничного стола».* Разработка учебного проекта по кулинарии.

### ***Культура поведения (4 часа).***

Адекватность поведения в обществе. Прием гостей. Анализ ситуаций. Правила хорошего тона.

### ***Семья (6 часов).***

Российская семья. Условия создания семьи. Основы семейных взаимоотношений. Конфликты в семье, пути их преодоления. Распределение обязанностей по ведению семейного хозяйства. Планирование бюджета семьи. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции. *Практические работы: «Расчет бюджета на месяц».*

### ***Оказание первой медицинской помощи (5 часов).***

### ***Учреждения (3 часа).***

Предприятия бытового обслуживания, их значение. Правила пользования услугами СБ, стоимость услуг. Профессии работников СБ. *Экскурсия на предприятие СБ.*

### ***Средства связи (4 часа).***

Виды связи. Виды денежных переводов, их стоимость, скорость. *Практические работы: «Заполнение бланков на отправку денежного перевода».* *Экскурсия на почту.*

### ***Современное производство и профессиональное образование (13 часов).***

Учреждения и отделы по трудоустройству. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства. Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы. Пути получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования. Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств личности при выборе профессии. Деловые бумаги (анкета, автобиография, заявление, расписка, докладная, доверенность), их составление. Правила перехода с одной работы на другую, необходимые документы. Предоставление отпуска. Закон, права, обязанности. Местонахождение предприятий, где требуется рабочая сила. Возможности трудоустройства. *Практические работы: «Написание автобиографии», «Написание заявления», «Написание докладной». Экскурсия в Центр занятости населения.*

**СБО, 5 класс.**  
**Учебно-тематический план.**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Дата
		Всего	Теорет./ Практ.	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	1	
<b>2.</b>	<b>Личная гигиена.</b>	<b>6</b>		
2.1	Правила личной гигиены в течение дня. Предметы и средства личной гигиены.	1	1-0	
2.2	Уход за полостью рта.	1	1-0	
2.3	Уход за ушами.	1	1-0	
2.4	Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз).	1	1-0	

2.5	Уход за волосами.	1	1-0	
2.6	Повторение пройденной темы.	1	0-1	
<b>3.</b>	<b>Культура поведения.</b>	<b>2</b>		
3.1	Поведение в музее, библиотеке.	1	0/1	
3.2	Поведение в кино, театре.	1	0/1	
<b>4.</b>	<b>Жилище.</b>	<b>6</b>		
4.1	Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды помещений в жилых домах.	1	1-0	
4.2	Экскурсия: чтение названий улиц и номеров домов.	1	0/1	
4.3	Почтовый адрес дома, школы. Написание адреса на конверте.	1	0-1	
4.4	Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки.	1	0-1	
4.5	Последовательность уборки детской комнаты.	1	1-0	
4.6	Обобщение пройденной темы. Проверочная работа.	1	0-1	
<b>5.</b>	<b>Питание.</b>	<b>8</b>		
5.1	Значение продуктов питания для здоровья человека.	1	1-0	
5.2	Кухонная посуда, приборы, приспособления – назначение. Столовая посуда, приборы -назначение.	1	0-1	
5.3	Правила мытья и чистки посуды.	1	0-1	

5.4	Чайная посуда. Сервировка стола к завтраку.	1	0-1	
5.5	Правила заваривания чая.	1	0-1	
5.6	Приготовление бутербродов.	1	0-1	
5.7	Приготовление блюд из яиц (отварные, яичница).	1	0-1	
5.8	Приготовление винегрета.	1	0-1	
<b>6</b>	<b>Культура поведения.</b>	<b>2</b>		
6.1	Поведение за столом. Правила приема пищи.		1	
6.2	Ролевая игра «Чаепитие в классе»		1	
<b>7.</b>	<b>Транспорт.</b>	<b>3</b>		
7.1	Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе.	1		
7.2	Правила поведения в транспорте и на улице.	1	1	
7.3	Правила дорожного движения.	1	1	
<b>8.</b>	<b>Торговля.</b>	<b>3</b>		
8.1	Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	1	1	
8.2	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара.	1	1	
8.3	Экскурсия в продовольственный магазин.	1	1	
<b>9.</b>	<b>Одежда и обувь.</b>	<b>3</b>	1	
9.1	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Повседневный уход за одеждой	1	0-1	

	и подготовка ее к хранению.			
9.2	Виды обуви, их назначение. Повседневный уход за обувью.	1	0-1	
	<b>Всего часов:</b>	<b>34</b>		

### СБО, 6 класс.

#### Учебно-тематический план.

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
<b>Тема 1</b>	<b><i>Человек и его здоровье.</i></b>	5	
1	<i>Укрепление здоровья: закаливание организма.</i>		Пр./р. «Выполнение утренней зарядки»
2	<i>Органы чувств, их роль в жизни человека. Правила и приемы ухода за органами зрения.</i>		Пр./р. «Уход за глазами»
3	Проверка зрения у окулиста.		Пр./р. «Проверка зрения»
4	<i>Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Влияние наркотиков и токсических веществ на организм человека.</i>		
5	<i>Профилактика гепатита и кишечных инфекций. Меры предупреждения глистных</i>		

	заболеваний.		
<b>Тема 2</b>	<b>Технологии ведения дома.</b>	13	
6	Значение опрятного вида человека.		
7	Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды и обуви. Санитарно-гигиенические требования по уходу за одеждой.		
8	Правила ТБ при работе с электрооборудованием и стиральными порошками.		
9	Правила и приемы стирки изделий из х/б тканей.		
10	Глажение фартуков, косынок, носовых платков.		Пр./р. «Глажение х/б изделий»
11	Ремонт одежды.		Пр./р. «Пришивание пуговиц»
12	Ремонт одежды.		Пр./р. «Подшивание распоровшегося края изделия»
13	Гигиенические требования к жилому помещению.		
14	Повседневная уборка помещений.		
15	Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой, чистящими средствами при уборке квартиры.		
16	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.		
17	Уборка помещения.		Пр./р. «Уборка помещения»
18	Утепление окон.		Пр./р. «Утепление окон»

<b>Тема 3</b>	<b>Оказание первой медицинской помощи.</b>	6	
19	Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная).		
20	Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная).		
21	Виды медицинских учреждений, их значение.		
22	Экскурсия в аптеку.		Экскурсия в аптеку
23	Работники медицинских учреждений, их обязанности.		
24	Обобщающий урок по теме «Медицинская помощь».		
<b>Тема 4</b>	<b>Семья.</b>	2	
25	Место работы членов семьи, их должности.		Пр./р. «Запись сведений о родителях и других членах своей семьи»
26	Права и обязанности каждого члена семьи.		
<b>Тема 5</b>	<b>Культура поведения.</b>	3	
27	Правила поведения в общественных местах.		
28	Способы ведения разговора.		
29	Посещение кинотеатра.		Экскурсия в кинотеатр
<b>Тема 6</b>	<b>Учреждения.</b>	3	
30	Дошкольные учреждения, школы, лицеи.		
31	Дом детского творчества. Контрольная работа по изученным темам.		К/р
32	Экскурсия в ДДТ.		Экскурсия
<b>Тема 7</b>	<b>Кулинария.</b>	12	
33	<i>Пицца как биологическая основа жизни.</i> Режим питания, его значение.		
34	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. <i>Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых</i>		

	<i>продуктов.</i>		
35	<i>Хранение пищевых продуктов и готовой продукции.</i>		
36	<i>Способы выбора доброкачественных продуктов.</i>		
37	<i>Правила ТБ при работе с газовой плитой, горячей жидкостью, режущими инструментами. Безопасные приемы работы.</i>		
38	<i>Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств.</i>		Пр./р. «Мытье посуды»
39	<i>Кулинарная обработка различных видов продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки.</i>		Пр./р. «Чтение рецепта, подбор продуктов»
40	<i>Простейшие блюда с минимумом тепловой обработки.</i>		Пр./р. «Приготовление отварных макарон»
41	<i>Молочные продукты.</i>		Пр./р. «Приготовление молочной каши»
42	<i>Составление рецепта готового блюда.</i>		Пр./р. «Составление рецепта приготовленного блюда»
43	<i>Заварка чая.</i>		Пр./р. «Заварка чая»
44	<i>Обобщающий урок по теме «Кулинария».</i>		
<b>Тема 8</b>	<b><i>Обеспечение личной безопасности повседневной жизни.</i></b>	5	
45	<i>Городской транспорт. Опасные ситуации на транспорте.</i>		
46	<i>Маршруты передвижения до школы.</i>		
47	<i>Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения (в части, касающейся</i>		

	<i>пешеходов и велосипедистов).</i> Правила передвижения на велосипеде.		
48	Пригородные поезда. Расписание.		Пр./р. «Определение пункта назначения»
49	Экскурсия на станцию «Сухона».		Экскурсия
<b>Тема 9</b>	<b>Средства связи.</b>	5	
50	Основные средства связи, их назначение.		
51	Почта. Виды почтовых отправлений.		
52	Виды писем, порядок их отправления.		Пр./р. «Написание адреса на конверте»
53	Письмо и телеграмма, их отличие.		Пр./р. «Составление текста телеграммы»
54	Экскурсия на почту.		Экскурсия
<b>Тема 10</b>	<b>Торговля.</b>	6	
55	Магазины промышленных товаров.		
56	Порядок приобретения товаров и их оплата.		Пр./р. «Приобретение товара»
57	Экскурсия в магазин промышленных товаров.		Экскурсия
58	Специализированные магазины.		
59	Права покупателя.		
60	Обобщающий урок по теме «Торговля».		
<b>Тема 11</b>	<b>Повторение.</b>	8	
61	<i>Укрепление здоровья: закаливание организма летом.</i>		
62	<i>Нарушения зрения, его профилактика.</i>		
63	Ведение разговора со взрослыми, сверстниками.		
64	Гигиена жилища.		
65	Средства связи. <i>Основные правила пользования персональными компьютерами.</i>		
66	Основной состав домашней аптечки. Контрольная работа за год.		К/р
67	Кулинария. <i>Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов,</i>		

	<i>минералов.</i>		
68	<i>Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).</i>		

Всего за год экскурсий – 6.

Всего за год практических работ – 19.

Всего контрольных работ за год – 2.

**СБО, 7 класс.**  
**Учебно-тематический план.**

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
<b>Тема 1</b>	<b><i>Человек и его здоровье.</i></b>	4	
1	<i>Особенности личной гигиены подростка.</i>		
2	<i>Покровы тела. Уход за кожей лица.</i>		
3	<i>Покровы тела. Уход за волосами.</i>		Пр./р. «Подбор шампуня»
4	<i>Опора и движение. Опорно-двигательная система. Профилактика травматизма.</i>		
<b>Тема 2</b>	<b><i>Оказание первой медицинской помощи.</i></b>	5	
5	<i>Виды доврачебной помощи (измерение температуры, обработка порезов, ссадин). Оказание первой помощи при ушибах, кровотечениях.</i>		
6	<i>Лекарственные растения в домашней аптечке, их назначение.</i>		
7	<i>Первая медицинская помощь при травмах (вывих, перелом). Наложение повязок.</i>		

8	Экскурсия в медпункт.		Экскурсия, пр./р. «Наложение повязок»
9	Обобщающий урок по темам «Человек и здоровье» и «Медицинская помощь». Контрольная работа по изученным темам.		К/р
<b>Тема 3</b>	<b><i>Технологии ведения дома.</i></b>	14	
10	Значение продления срока службы одежды. <i>Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды.</i>		
11	Ремонт одежды. Заплата (виды), штопка.		
12	Ремонт одежды. Наложение заплата.		Пр./р. «Наложение заплаты»
13	Использование бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей. <i>Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой.</i>		
14	Правила ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки.		
15	Стирка изделий из шелка вручную.		
16	Правила и приемы глажения одежды, брюк.		
17	Прачечная, виды услуг, правила пользования.		
18	Регулярная и сезонная уборка помещения.		
19	<i>Уход за различными видами половых покрытий.</i> Средства для ухода за полом. Мытье пола.		Пр./р. «Мытье пола»
20	Уход за мебелью. Мытье стекол, зеркал.		
21	Правила пользования пылесосом, уход за ним.		Пр./р. «Пользование пылесосом»
22	Уборка помещения.		Пр./р. «Уборка помещения»
23	Обобщающий урок по теме « <i>Технологии ведения дома.</i> ».		
<b>Тема 4</b>	<b>Семья.</b>	3	

24	Помощь родителям в уходе за детьми. Оказание помощи малышам в одевании на прогулку.		Пр./р. «Одевание малышкой на прогулку»
25	Разучивание с малышами тихих и подвижных игр.		Пр./р. «Разучивание игр с малышами»
26	Проведение игр с малышами.		Пр./р. «Проведение игр с малышами»
<b>Тема 5</b>	<b>Культура поведения.</b>	6	
27	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.		
28	Правила поведения при встрече и расставании, приеме подарка.		
29	Поход в гости. Правила поведения в гостях.		
30	Изготовление несложных сувениров в подарок.		Пр./р. «Подарок своими руками»
31	Ролевая игра «В гости к ...»		
32	Обобщающий урок по теме «Культура поведения». Контрольная работа по темам «Культура поведения», «Технологии ведения дома».		К/р
<b>Тема 6</b>	<b>Кулинария.</b>	15	
33	Правила гигиены при приготовлении пищи. <i>Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.</i>		
34	Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами.		Пр./р. «Знакомство с инструкцией по работе с микроволновой печью»
35	Виды питания. <i>Планирование рационального питания.</i>		
36	Значение первых блюд.		Пр./р. «Чтение рецептов, подбор продуктов»

37	Приготовление холодных и горячих блюд. Приготовление щей.		Пр./р. «Приготовление щей»
38	Значение вторых блюд из овощей.		
39	Приготовление овощного салата.		Пр./р. «Приготовление салата из овощей»
40	Значение вторых блюд из рыбных и мясных продуктов.		
41	Приготовление второго блюда из мясных продуктов.		Пр./р. «Приготовление мясных котлет»
42	Значение третьих блюд.		
43	Приготовление компота.		Пр./р. «Приготовление компота из яблок»
44	Составление собственного рецепта блюда. Подбор продуктов по рецепту. <i>Оформление блюд и правила их подачи к столу.</i>		
45	<i>Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину).</i>		
46	Составление меню завтрака, обеда и ужина.		Пр./р. «Составление меню завтрака»
47	Обобщающий урок по теме «Кулинария».		
<b>Тема 7</b>	<b><i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</i></b>	5	
48	Междугородний железнодорожный транспорт. <i>Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.</i>		
49	Железнодорожные вокзалы, службы вокзала. Расписание поездов.		
50	Виды пассажирских вагонов. Формы		

	приобретения ж/д билетов.		
51	Пункт назначения, вид поезда, тип вагона, стоимость проезда.		Пр./р. «Определение пункта назначения, типа вагона»
52	Экскурсия на станцию «Сухона».		Экскурсия
<b>Тема 8</b>	<b>Учреждения.</b>	2	
53	Промышленные предприятия города, их назначение.		
54	Сельскохозяйственные предприятия района, их назначение.		
<b>Тема 9</b>	<b>Торговля.</b>	6	
55	Универмаги, супермаркеты, их назначение.		
56	Отделы магазинов. Стоимость товаров.		
57	Порядок приобретения товаров. Хранение чека. <i>Права потребителя и их защита.</i>		
58	Распродаж товаров. Прием товаров у населения. Повторение по теме «Человек и его здоровье».		
59	Экскурсия в супермаркет.		Экскурсия
60	Обобщающий урок по теме «Торговля». Повторение по теме «Культура поведения».		
<b>Тема 10</b>	<b>Средства связи.</b>	8	
61	Почта. Виды бандеролей. Повторение по теме «Семья».		
62	Порядок отправления бандеролей. Заполнение бланков на отправку. Повторение по теме «Кулинария».		
63	Посылки. Правила отправления. Заполнение бланков на отправку. Повторение по теме «медицинская помощь».		
64	Посылки и бандероли, отправляемые наложенным платежом. Повторение по теме «Технологии ведения дома».		
65	Контрольная работа по темам «Кулинария»,		К/р

	«Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни», «Торговля».		
66	Экскурсия на почту.		Экскурсия
67	Упаковка бандеролей, посылок. Повторение по теме «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».		
68	Обобщающий урок за год.		

Всего за год экскурсий – 4.

Всего за год практических работ – 18.

Контрольных работ – 3.

**СБО, 8 класс.**  
**Учебно-тематический план.**

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
<b>Тема 1</b>	<b><i>Человек и его здоровье.</i></b>	4	
1	Значение косметики для юношей и девушек.		
2	<i>Покровы тела. Уход за кожей. Правила и приемы ухода за кожей лица. Подбор средств ухода.</i>		Пр./р. «Упражнения в протирании кожи лица лосьоном»
3	Использование масок для лица из фруктов и овощей.		
4	Значение здоровья для жизнедеятельности человека. <i>Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Влияние физических упражнений. Факторы риска: стрессы,</i>		

	<i>гиподинамия, переутомление, переохлаждение.</i>		
<b>Тема 2</b>	<b><i>Оказание первой медицинской помощи.</i></b>	7	
5	Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика.		
6	Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах.		
7	<i>Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом.</i>		
8	<i>Приемы оказания первой помощи при ожогах, их профилактика.</i>		
9	<i>Приемы оказания первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика.</i>		
10	<i>Приемы оказания первой помощи при спасении утопающего.</i>		
11	Оказание первой помощи при несчастных случаях (промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову).		Пр./р. «Наложение повязок»
<b>Тема 3</b>	<b><i>Технологии ведения дома.</i></b>	21	
12	Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики.		
13	Правила безопасности при работе со стиральными порошками. <i>Проблемы безопасного использования веществ в повседневной жизни.</i> Стирка шерстяных и синтетических изделий.		Пр./р. «Стирка изделий»

14	Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платков.		
15	Химчистка, правила пользования.		
16	Уборка кухни, санузла. Разнообразие моющих и чистящих средств.		
17	Уборка ванной. Мытье кафельных стен, чистка раковины.		Пр./р. «Чистка раковины»
18	Обобщающий урок по темам «Человек и его здоровье», «Оказание первой медицинской помощи». Контрольная работа по изученным темам.		К/р
19	Бюджет семьи. Знакомство с понятием. Виды источников дохода, условия и порядок их получения.		
20	Определение суммы доходов семьи за месяц, полгода, год.		Пр./р. «Определение суммы доходов за месяц, год»
21	Основные статьи расходов семьи. <i>Анализ бюджета семьи.</i>		
22	<i>Рациональное планирование расходов на основе актуальных потребностей семьи.</i> Виды приобретений (за наличные, в кредит), необходимость.		Пр./р. «Планирование расходов семьи на месяц»
23	Упражнения в снятии показаний электросчетчика. Расчет стоимости электроэнергии.		Пр./р. «Заполнение квитанций за свет»

24	Расчет бюджета на месяц. Планирование крупных покупок.		Пр./р. «расчет бюджета на месяц»
25	Составление доверенности на получение зарплаты, стипендии.		Пр./р. «Написание доверенности»
26	Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов.		
27	Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке.		
28	Экскурсия в Сбербанк.		Экскурсия
29	Рынки. Виды рынков.		
30	Различие рынка и магазина.		
31	Экскурсия на рынок. Сравнение цен с магазином.		Экскурсия
32	Обобщающий урок по теме « <i>Технологии ведения дома</i> ». Контрольная работа по теме « <i>Технологии ведения дома</i> ».		К/р
<b>Тема 4</b>	<b><i>Кулинария.</i></b>	11	
33	Гигиена приготовления пищи. <i>Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.</i>		
34	Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими инструментами, электрооборудованием. <i>Безопасные приемы работы. Оказание первой помощи при ожогах.</i>		

35	Изделия из теста. Виды теста.		
36	<i>Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий.</i>		Пр./р. «Приготовление блинов»
37	<i>Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий.</i>		Пр./р. «Приготовление оладий»
38	<i>Домашняя заготовка пищевых продуктов.</i> Продукты впрок.		
39	Консервирование овощей (запись рецептов).		
40	Консервирование фруктов (запись рецептов).		
41	Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов.		
42	Приготовление овощного салата.		Пр./р. «Салат из овощей»
43	Обобщающий урок по теме «Кулинария».		
<b>Тема 5</b>	<b>Семья.</b>	5	
44	Грудной ребенок в семье, уход за ним.		
45	Одежда для одевания и пеленания малыша.		Пр./р. «Пеленание куклы»
46	Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка.		
47	Мытье детской посуды, игрушек.		Пр./р.

48	Обобщающий урок по теме «Семья».		
<b>Тема 6</b>	<b>Культура поведения.</b>	5	
49	Внешний вид молодых людей, его значение.		
50	Культура общения юноши и девушки.		
51	Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей».		
52	<i>Забота о репродуктивном здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем, их профилактика.</i>		
53	<i>ВИЧ-инфекция и ее профилактика.</i>		
<b>Тема 7</b>	<b>Средства связи.</b>	6	
54	Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном.		
55	Правила пользования телефонным справочником.		
56	Культура разговора по телефону.		
57	Вызов различных служб по телефону.		
58	Междугородняя телефонная связь. Роуминг.		
59	Обобщающий урок по темам «Средства связи» и «Культура поведения».		
<b>Тема 8</b>	<b><i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</i></b>	9	

60	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение.		
61	Расписание, приобретение билетов.		Пр./р. «Выбор пункта назначения. Определение времени отправления»
62	<i>Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.</i>		
63	Экскурсия на автовокзал.		Экскурсия
64	Водный транспорт, значение. Порт, основные службы.		
65	Приобретение билетов, стоимость проезда.		
66	<i>Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему.</i>		
67	Контрольная работа по темам «Кулинария», «Семья», «Культура поведения».		К/р
68	Обобщающий урок по теме «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».		

Всего за год экскурсий – 3.

Всего за год практических работ – 15.

Контрольных работ – 3.

**СБО, 9 класс.  
Учебно-тематический план.**

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
<b>Тема 1</b>	<b><i>Человек и его здоровье.</i></b>	8	
1	Личная гигиена подростка (повторение).		
2	Инфекционные заболевания. <i>Заболевания органов дыхания и их профилактика.</i>		
3	<i>Предупреждение распространения инфекционных заболеваний и соблюдение мер профилактики для защиты собственного организма.</i>		
4	Народные способы и средства в борьбе с инфекционными заболеваниями.		
5	Уход за инфекционными больными.		Пр./р. «Уход за инфекционными больными»
6	<i>Иммунитет. Факторы, влияющие на иммунитет.</i>		
7	Документация, подтверждающая нетрудоспособность человека.		
8	Обобщающий урок по теме «Человек и его здоровье».		
<b>Тема 2</b>	<b><i>Создание изделий из текстильных и поделочных материалов.</i></b>	4	

9	Стили одежды. Мода. <i>Современные направления моды в одежде.</i>		
10	Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. <i>Выбор индивидуального стиля в одежде.</i>		
11	Определение собственного размера одежды и обуви.		Пр./р. «Определение размера одежды и обуви»
12	Экскурсия в магазин «Одежда».		Экскурсия
<b>Тема 3</b>	<b><i>Технологии ведения дома.</i></b>	6	
13	<i>Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами.</i> Средства и правила выведения пятен. Правила безопасности.		
14	<i>Интерьер жилых помещений и их комфортность. Современные стили в оформлении жилых помещений.</i>		
15	<i>Подбор средств оформления интерьера жилого помещения с учетом запросов и потребностей семьи и санитарно-гигиенических требований.</i> Требования к подборке штор, светильников.		
16	Сохранение жилищного фонда.		
17	Санитарная уборка жилища.		
18	Контрольная работа по темам «Технологии ведения дома», «Создание изделий из		К/р

	текстильных и поделочных материалов», «Человек и его здоровье».		
<b>Тема 4</b>	<b>Семья.</b>	6	
19	Российская семья. Условия создания семьи.		
20	Основы семейных взаимоотношений. Конфликты в семье, пути их преодоления.		
21	Распределение обязанностей по ведению семейного хозяйства.		
22	Планирование бюджета семьи. <i>Рациональное планирование расходов на основе актуальных потребностей семьи. Ориентация на рынке товаров и услуг: анализ потребительских качеств товара, выбор способа совершения покупки.</i>		Пр./р. «Расчет бюджета на месяц»
23	Формы организации досуга и отдыха в семье.		
24	Семейные традиции.		
<b>Тема 5</b>	<b>Культура поведения.</b>	4	
25	Адекватность поведения в обществе.		
26	Прием гостей. Анализ ситуаций.		
27	Правила хорошего тона.		
28	Обобщающий урок по темам «Культура поведения», «Семья».		

<b>Тема 6</b>	<b>Средства связи.</b>	4	
29	Виды связи.		
30	Виды денежных переводов, их стоимость, скорость.		Пр./р. «Заполнение бланков на отправку денежного перевода»
31	Экскурсия на почту.		
32	Контрольная работа по темам «Средства связи», «Культура поведения», «Семья».		К/р
<b>Тема 7</b>	<b>Кулинария.</b>	11	
33	<i>Влияние технологий обработки пищевых продуктов на здоровье человека.</i>		
34	<i>Профессии, связанные с производством и обработкой пищевых продуктов.</i>		
35	Диетическое питание.		
36	Меню диетического питания.		
37	Питание детей ясельного возраста.		
38	Меню для детей.		Пр./р. «Составление меню для детей»  Разработка учебного проекта
39	Национальная кухня. <i>Традиционные национальные (региональные) блюда.</i>		

40	Приготовление национальных блюд.		Пр./р. «Приготовление супа харчо»
41	Виды сервировки праздничного стола.		Пр./р. «Сервировка праздничного стола»
42	Меню праздничного стола.		Пр./р. «Составление меню праздничного стола»
43	Обобщающий урок по теме «Кулинария».		
<b>Тема 8</b>	<b><i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</i></b>	4	
44	Назначение авиатранспорта. Виды.		
45	Аэропорт. Службы аэропорта. Маршруты.		
46	<i>Опасные ситуации на транспорте.</i> Правила поведения в аэропорте, во время полета.		
47	Приобретение билетов на самолет.		Пр./р. «Приобретение билетов на самолет»
<b>Тема 9</b>	<b>Торговля.</b>	5	
48	Виды ярмарок.		
49	Время и место проведения ярмарок.		
50	Значение ярмарок. Ярмарки Красноярского края.		
51	Магазины по сниженным ценам, эконом-		Экскурсия

	класса. Экскурсия в магазин эконом-класса.		
52	Обобщающий урок по темам «Торговля», «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».		
<b>Тема10</b>	<b>Учреждения.</b>	3	
53	Предприятия бытового обслуживания, их значение.		
54	Правила пользования услугами СБ, стоимость услуг. Профессии работников СБ.		
55	Экскурсия на предприятие СБ.		Экскурсия
<b>Тема</b>	<b><i>Современное производство и профессиональное образование.</i></b>	13	
56	Учреждения и отделы по трудоустройству. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства.		
57	Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы.		
58	Экскурсия в Центр занятости населения.		Экскурсия
59	<i>Пути получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования.</i>		
60	<i>Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств</i>		

	<i>личности при выборе профессии.</i>		
61	Деловые бумаги (анкета, автобиография), их составление.		Пр./р. «Написание автобиографии»
62	Деловые бумаги (заявление, расписка), их составление.		Пр./р. «Написание заявления»
63	Правила перехода с одной работы на другую, необходимые документы.		
64	Предоставление отпуска. Закон, права, обязанности.		
65	Местонахождение предприятий, где требуется рабочая сила. Возможности трудоустройства.		
66	Деловые бумаги (докладная, доверенность), их написание.		Пр./р. «Написание докладной»
67	Контрольная работа по темам «Современное производство и профессиональное образование», «Кулинария».		К/р
68	Обобщающий урок за год.		

Всего за год практических работ – 12.

Всего за год экскурсий – 4.

Контрольных работ – 3.