

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Тарутинская СШ»

Рассмотрено: на заседании МС протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 2019 г.	Согласовано: зам. директора по УВР С. Ф. Лавринович <u>ЛФ</u> « <u>30</u> » <u>август</u> 2019 г.	Утверждено Приказ по школе № 03-01-5/1а От « <u>30</u> » <u>август</u> 2019 г. Директор <u>О.А. Войшель</u>
--	--	--

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

для детей с нарушением интеллекта
(лёгкая степень умственной отсталости)

Социально – бытовая ориентировка

8-9 класс

2019 – 2020 учебный год

Учитель: Курбачева О.Л.

п. Тарутино.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена для детей с нарушением интеллекта (лёгкая степень умственной отсталости) «Социально-бытовая ориентировка», 8-9 классы 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: **8 - 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.

В 8 классе:

1. Обучающиеся должны знать:

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

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.

- ✓ Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- ✓ Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- ✓ Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- ✓ Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- ✓ 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, 8 класс» (Москва, Владос, 2013),
- В.П.Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 9 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- те
- 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 (видеоуроки)
- <http://festival.1september.ru/>
- Компьютерные презентации к урокам
- Кабинет для приготовления пищи

Содержание программы.

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. Иммуитет. 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, 8 класс.
Учебно-тематический план.

№ темы, раздела	Наименование раздела и тем уроков	Всего часов	Практические работы, экскурсии, к/р
Тема 1	<i>Человек и его здоровье.</i>	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, гиподинамия, переутомление, переохлаждение.</i>		
Тема 2	<i>Оказание первой медицинской помощи.</i>	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»
Тема 3	<i>Технологии ведения дома.</i>	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
Тема 4	<i>Кулинария.</i>	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».		
Тема 5	Семья.	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».		

Тема 6	Культура поведения.	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>		
Тема 7	Средства связи.	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».		
Тема 8	<i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</i>	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	Промежуточная аттестация		тест
68	Приобретение билетов, стоимость проезда.		

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
Тема 1	<i>Человек и его здоровье.</i>	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».		
Тема 2	<i>Создание изделий из текстильных и поделочных материалов.</i>	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
Тема 3	<i>Технологии ведения дома.</i>	6	
13	Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами. 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 текстильных и поделочных материалов», «Человек и его здоровье».		К/р
Тема 4	Семья.	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.		
Тема 5	Культура поведения.	4	
25	Адекватность поведения в обществе.		
26	Прием гостей. Анализ ситуаций.		
27	Правила хорошего тона.		

28	Обобщающий урок по темам «Культура поведения», «Семья».		
Тема 6	Средства связи.	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
Тема 7	Кулинария.	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».		
Тема 8	<i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</i>	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»
Тема 9	Торговля.	5	
48	Виды ярмарок.		
49	Время и место проведения ярмарок.		

50	Значение ярмарок. Ярмарки Красноярского края.		
51	Магазины по сниженным ценам, эконом-класса. Экскурсия в магазин эконом-класса.		Экскурсия
52	Обобщающий урок по темам «Торговля», «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни».		
Тема10	Учреждения.	3	
53	Предприятия бытового обслуживания, их значение.		
54	Правила пользования услугами СБ, стоимость услуг. Профессии работников СБ.		
55	Экскурсия на предприятие СБ.		Экскурсия
Тема	<i>Современное производство и профессиональное образование.</i>	13	
56	Учреждения и отделы по трудоустройству. <i>Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства.</i>		
57	Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы.		
58	Экскурсия в Центр занятости населения.		Экскурсия
59	<i>Пути получения профессионального</i>		

	<i>образования. Виды учреждений профессионального образования.</i>		
60	<i>Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств 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	Промежуточная аттестация.		тест
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	Предоставление отпуска. Закон, права, обязанности.		

Всего за год практических работ – 12.

Всего за год экскурсий – 4.

Контрольных работ – 3.