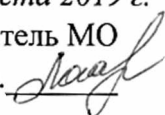
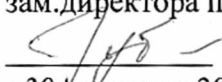


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №11»

Рассмотрено на заседании МО
учителей политехнического цикла
Протокол № 1
«29» августа 2019 г.
Руководитель МО
Лаас Л.Ф. 

Согласовано
зам.директора по УВР

«30» августа 2019 г.

Губкина Т.П.

Адаптированная рабочая программа учебного предмета

Социально-бытовая ориентировка
для 5-9 классов

срок реализации программы: 5 лет

"Утверждаю"
Директор
Демидова Т.А.
«02» сентября 2019 г.



Составители:
Алексеев Надежда Станиславаовна
педагог-психолог
высшей квалификационной категории
МБОУ «СОШ №11»

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе «Программы специальной (коррекционной) общеобразовательной школы 8 вида» под редакцией Воронковой В.В., М., Владос, 2013г.

При составлении программы использовано учебное пособие. Социально-бытовая ориентировка. Субчева В.П. М., 2014.

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.

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

Цель: расширение социального пространства детей с умственной отсталостью на основе реализации программы «Социально-бытовая ориентировка».

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

Формы и методы реализации программных задач.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов и др.

На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Беседа на занятиях по СБО является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с играми, различными практическими работами, зарисовками, упражнениями, другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения, используемым на занятии.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся в магазины, на рынок, в отделения связи, на автовокзал, в столовую, в различные учреждения.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса. Всегда в поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся.

Особое внимание следует обратить на проведение практических работ.

Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных случаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий или дома (например, место работы родителей, их должность и т.д.).

Формы контроля: опрос, практическая работа, самостоятельная работа, проект, тестирование.

Особенности учащихся с умственной отсталостью

Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Категория обучающихся с умственной отсталостью представляет собой неоднородную группу. В соответствии с международной классификацией умственной отсталости (МКБ 10) выделяют четыре степени умственной отсталости: легкую, умеренную, тяжелую, глубокую.

Своеобразие развития детей с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в не которых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение чтением, письмом и счетом в процессе школьного обучения.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения отдельных учебных предметов это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала, в частности смешении графически сходных букв, цифр, отдельных звуков или слов.

Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, восприятие умственно отсталых обучающихся оказывается значительно более сохранным, чем процесс, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Названные логические операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в

трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д.

У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов. В целом мышление ребенка с умственной отсталостью характеризуется конкретностью, не критичностью, ригидностью (плохой переключаемостью с одного вида деятельности на другой). Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Особенности нервной системы школьников с умственной отсталостью проявляются и особенностях их, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, которое связано с волевым напряжением, направленным на преодоление трудностей, что выражается в его нестойкости и быстрой истощаемости. Однако, если задание посильно и интересно для обучающегося, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Под влиянием обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость несколько улучшаются, но при этом не достигают возрастной нормы. У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической. Трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи обуславливают различные виды нарушений письменной речи. Снижение потребности в речевом общении приводит к тому, что слово не используется в полной мере как средство общения; активный словарь не только ограничен, но и наполнен штампами; фразы однотипны по структуре и бедны по содержанию. Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Следует отметить, что речь школьников с умственной отсталостью в должной мере не выполняет своей

регулирующей функции, поскольку зачастую словесная инструкция оказывается непонятой, что приводит к неверному осмысливанию и выполнению задания. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Психологические особенности умственно отсталых школьников проявляются и в нарушении сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических сфера учащихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью оказывают отрицательное влияние на характер их, особенно произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда. Следует отметить независимость и самостоятельность этой категории школьников в уходе за собой, благодаря овладению необходимыми социально бытовыми навыками.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

Класс	Класс 5	Класс 6	Класс 7	Класс 8	Класс 9
Количество учебных недель	34	34	34	34	34
Количество часов в неделю, ч/нед	1	1	1	1	1
Количество часов в год, ч	34	34	34	34	34

При реализации программы используются учебники

Автор/авторский коллектив	Наименование учебника	Класс	Издатель учебника
---------------------------	-----------------------	-------	-------------------

В.П.Субчева	Социально-бытовая ориентировка	5	Владос
В.П.Субчева	Социально-бытовая ориентировка	6	Владос
В.П.Субчева	Социально-бытовая ориентировка	7	Владос
В.П.Субчева	Социально-бытовая ориентировка	8	Владос
В.П.Субчева	Социально-бытовая ориентировка	9	Владос

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами изучения курса являются:

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

В результате изучения курса социально-бытовой ориентировки обучающийся должен знать:

правила личной гигиены;

- виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов;
- способы выбора доброкачественных продуктов, способы хранения продуктов и готовой пищи; правила составления рецепта блюда;
- родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи;
- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, на улице, в гостях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками;
- гигиенические требования к жилому помещению, последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
- виды транспорта, правила покупки билетов, поведения в транспорте;
- правила поведения в магазине, правила покупки товаров;
- основные средства связи, виды почтовых отправок;
- меры по предупреждению заболеваний, правила оказания доврачебной помощи;
- виды учреждений, их местонахождение и назначение;
- составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений;
- учреждения и отделы по трудоустройству, виды документов, необходимых для поступления на работу, правила перехода родной работы на другую, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

уметь:

- соблюдать правила личной гигиены, соблюдать ЗОЖ;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; стирать, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, чистить кожаную обувь;
- пользоваться приборами и режущими инструментами, строго соблюдать правила безопасности; приготовить простые блюда, сервировать стол;
- записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье, выполнять определенные обязанности в семье, ухаживать за маленькими детьми;

- производить сухую и влажную уборку помещения, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
- соблюдать правила безопасности во время поездки на различных видах транспорта, купить билет на транспорт, составить маршрут поездки;
- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты; оплатить, проверить чек и сдачу;
- оформлять бланки почтовых отправок, упаковать посылку, культурно разговаривать по телефону;
- вызвать врача, приобрести лекарство в аптеке, оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам учреждений;
- подсчитать бюджет семьи, подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели счетчика, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, написать заявление о принятии на работу о переходе, с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания, автобиографию, заполнить анкету, составить заявки на материалы, инструменты, написать расписку, докладную записку.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

5 класс

Учащиеся 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.

Учащиеся 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.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

6 класс

Учащиеся 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 разговоров со старшими и сверстниками
- 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

Учащиеся должны уметь:

- Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи
- Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ
- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки
- Зашивать одежду по распорочшемуся 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, упаковывать бандероль.
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать
- раны и накладывать повязки
- Обращаться с вопросами к работникам ДЮОЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

7 класс

Учащиеся 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.
- Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

Учащиеся должны уметь:

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

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

8 класс

Учащиеся 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 химическим очисткам 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.
- Учащиеся 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, выбирать косметические средства, украшения и духи
 - 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
 - Обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры
 - Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

9 класс

Учащиеся 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.
- 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 отправок.
 - 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.
- Обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- 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.

Содержание учебного предмета 5 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Личная гигиена	5		1		
2.	Одежда и обувь	4		1		

3.	Питание	6		3		
4.	Я и моя будущая семья	3		1		
5.	Культура поведения	4				
6.	Жилище	6		3		
7.	Транспорт	4		1		
8.	Торговля	2				

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА:

Личная гигиена. Ее значение в жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Красота прически. Содержание в чистоте и порядке личных вещей.

Сохранение зрения.

Практические работы:

Уход за кожей.

Чистка зубов, мытье рук.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ:

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.

ПИТАНИЕ:

Значение питания в жизни людей. Рацион питания. Режим и рациональное питание детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи. Правила и приемы ухода за посудой. Сервировка стола.

Практические работы:

- чтение рецепта приготовления блюда;
- нарезка хлеба, продуктов;
- приготовление бутербродов, салата, винегрета, напитка;
- сервировка стола;
- мытьё посуды, кухонных принадлежностей.

СЕМЬЯ:

Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка). Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.

Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.

Практические работы

Беседа с родителями и составление проекта «Моя семья»

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ:

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

ЖИЛИЩЕ:

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.

Практическая работа

Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе;

Организация рабочего места школьника.

ТРАНСПОРТ:

Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения.

Знаки дорожного движения.

ТОРГОВЛЯ:

Виды торговых предприятий. Продуктовые магазины. Виды товаров: фасованные и разновес.
Стоимость. Хранение товаров.
Экскурсия
Экскурсия в продовольственный магазин.
Приобретение продуктов.

Содержание учебного предмета 6 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Личная гигиена	2				
2.	Одежда и обувь	6		4		
3.	Питание	7		3		
4.	Я и моя будущая семья	2				
5.	Культура поведения	3				
6.	Жилище	2		3		
7.	Транспорт	3				
8.	Торговля	2				
9.	Средства связи	3		2		
10.	Медицинская помощь	2				

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы и правила закаливания. Правила и приемы ухода за руками и ногтями.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей.

ПИТАНИЕ

Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на плите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

СЕМЬЯ

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

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ

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

ЖИЛИЩЕ

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.

ТРАНСПОРТ

Городской транспорт. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района.

ТОРГОВЛЯ

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. Порядок приобретения товара.

СРЕДСТВА СВЯЗИ

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем, порядок отправления. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение и работники.

Содержание учебного предмета 7 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Личная гигиена	2		1		
2.	Одежда и обувь	5		3		
3.	Питание	4		1		
4.	Я и моя будущая семья	3		1		
5.	Культура поведения	3				
6.	Жилище	5		3		
7.	Транспорт	2				
8.	Торговля	2				
9.	Средства связи	2				
10.	Медицинская помощь	6		1		

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.

Особенности ухода за кожей лица и волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат. использование бытовой техники при стирке белья из х/б ткани, стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения белья,

брюк, спортивной одежды. Прачечная, виды услуг и правила пользования.

ПИТАНИЕ

Виды питания. Значение первых и вторых блюд и их приготовление. Использование механических и

электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

СЕМЬЯ

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми и в соблюдении чистоты и порядка дома, в школе.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ

Правила приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости, подарки

ЖИЛИЩЕ

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом в зависимости от покрытия, средства по уходу за полом.

ТРАНСПОРТ

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов. порядок сдачи и получения его.

ТОРГОВЛЯ

Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы магазинов, стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения и выбор товара, хранение чека и его копии. Отделы распродаж товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.

СРЕДСТВА СВЯЗИ

Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Письма. Виды упаковки, правила отправления и стоимость.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Виды доврачебной помощи. Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах. Меры по предупреждению переломов.

Содержание учебного предмета 8 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Личная гигиена	3				
2.	Одежда и обувь	2		1		
3.	Питание	5		2		
4.	Я и моя будущая семья	7		2		
5.	Культура поведения	3				
6.	Жилище	3		1		
7.	Транспорт	2				
8.	Торговля	3				
9.	Средства связи	2		1		
10.	Медицинская помощь	4		1		

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Химчистка – знакомство с предприятием и правилами пользования его услугами.

ПИТАНИЕ

Виды варенья. Приготовление варенья из овощей, фруктов и ягод. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов.

СЕМЬЯ

Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Бюджет семьи.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

ЖИЛИЩЕ

Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.

ТРАНСПОРТ

Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.

ТОРГОВЛЯ

Рынки. Виды рынков. Различия рынка от магазина.

Средства связи

Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02, 03, 04, 911 и т.п.). междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев.

Содержание учебного предмета 9 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Личная гигиена	3				
2.	Одежда и обувь	5		2		
3.	Питание	6		2		
4.	Я и моя будущая семья	4		1		
5.	Культура поведения	2				
6.	Жилище	2		1		
7.	Транспорт	2				
8.	Торговля	2				
9.	Средства связи	2				
10.	Медицинская помощь	2		1		
11.	Учреждения и предприятия	2				
12.	Трудоустройство	1				

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья.

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения мелких пятен на одежде из различных видов ткани в домашних условиях. Соблюдение техники безопасности при выведении пятен.

ПИТАНИЕ

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

СЕМЬЯ

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

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ

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

ЖИЛИЩЕ

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

ТРАНСПОРТ

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

ТОРГОВЛЯ

Значение ярмарок. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.

СРЕДСТВА СВЯЗИ

Виды денежных переводов, стоимость их отправок. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.

«УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ

Предприятия бытового обслуживания, их назначение.

ТРУДОУСТРОЙСТВО

Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.

Тематическое планирование 5 класс

№ п.п	Наименование разделов, тем	кол-во часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.	5
1	Введение. О предмете СБО.	1
2	Правила личной гигиены в течение дня.	1
3	Практическое работа "Выполнение утреннего туалета и чистка ушей"	1
4	Правила охраны зрения (освещение рабочего места, чтение, просмотр телепередач).	1
5	Обобщение пройденного материала.	1
	ОДЕЖДА И ОБУВЬ.	4
6	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	1
7	Практическая работа "Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению"	1
8	Повседневный уход за обувью из замши, текстиля и шерсти	1
19	Повторение по темам "Личная гигиена", "Одежда и обувь".	1
	ПИТАНИЕ.	6
10	Значение продуктов питания для здоровья человека.	1
11	Практическая работа "Приготовление закрытых бутербродов". Техника безопасности в обращении с ножом.	1
12	Практическая работа "Приготовление салата картофельного"	1
13	Практическая работа "Приготовление винегрета"	1
14	Приготовление яичницы.	1
15	Правила мытья и чистки посуды. Практическая работа "Мытье кухонной посуды"	1
	Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.	3
16	Понятие о доме, семье, семейных обязанностях.	1
17	Члены семьи.	1
18	Практическая работа "Состав моей семьи" (написание Ф.И.О родителей), (написание Ф.И.О родственников)	1
	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.	4
19	Поведение в музее, библиотеке	1
20	Поведение в кино, театре. Сюжетно-ролевая игра "Поход в кино"	1
21	Поведение за столом. Упражнения по этикету	1
22	Повторение по темам "Семья", "Культура поведения".	1
	ЖИЛИЩЕ.	6
23	Виды жилых помещений в городе и деревне.	1
24	Почтовый адрес дома, школы	1
25	Практическая работа "Написание адреса школы и дома на открытке"	1
26	Практическая работа "Написание адреса школы и дома на конверте"	1
27	Обобщение пройденного материала.	1
28	Практическая работа "Ежедневная уборка в моей комнате"	1
	ТРАНСПОРТ.	4
29	Виды городского и пригородного транспорта.	1
30	Правила передвижения на велосипеде	1
31	Правила поведения в транспорте и на улице	1
32	Практическое занятие - поездка в пригородном автобусе	1
	ТОРГОВЛЯ.	2
33	Основные виды магазинов. Их назначение.	1
34	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров.	1

Тематическое планирование 6 класс

№ п.п	Наименование разделов, тем	кол-во часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.	2

1	Закаливание организма.	1
2	Уход за руками	1
	ОДЕЖДА И ОБУВЬ.	6
3	Правила безопасной работы	1
4	Практическая работа "Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями"	1
5	Практическая работа: "Выполнение ремонта одежды по распорвавшемуся шву"	1
6	Практическая работа: "Пришивание вешалки к куртке"	1
7	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1
8	Практическая работа "Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей"	1
	ПИТАНИЕ.	7
9	Режим питания. СЕОР.	1
10	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с режущими инструментами и кипятком.	1
11	Правила пользования электрической и газовой плитой	1
12	Практическая работа "Приготовление манной каши"	1
13	Практическая работа "Приготовление отварного картофеля"	1
14	Практическая работа "Генеральная уборка кухни"	1
15	Повторение: "Питание" Соблюдение единого орфографического режима.	1
	Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.	2
16	Состав семьи	1
17	Счастливая семья	1
	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.	3
18	Как вести себя в общественных местах	1
19	Правила поведения в местах общественного питания	1
20	Сюжетно-ролевая игра "Я в кафе"	1
	ЖИЛИЩЕ	5
21	Ваш дом	1
22	Практическая работа "Ежедневная уборка квартиры"	1
23	Практическая работа "Ежедневная уборка квартиры"	
24	Практическая работа "Изучение устройства пылесоса"	1
25	Наведение чистоты в доме с помощью пылесоса	1
	ТРАНСПОРТ.	3
26	Транспорт - наш помощник	1
27	Экскурсия на улицу с целью наблюдения за общественным транспортом	1
28	Повторение по темам: "Культура поведения", "Жилище" и "Транспорт".	1
	ТОРГОВЛЯ.	2
29	Продовольственные магазины. СЕОР.	1
30	Игра "В продовольственном магазине"	1
	СРЕДСТВА СВЯЗИ.	3
31	Основные средства связи	1
32	Практическая работа "Заполнение телеграфных бланков"	2
	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.	2
33	Медицинские учреждения	1
34	Виды медицинской помощи	1

Тематическое планирование 7 класс

№ п.п	Наименование разделов, тем	кол-во часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.	2
1	Уход за кожей лица. Уход за волосами.	1
2	Практическая работа Уход за проблемной кожей лица.	1

	ОДЕЖДА ОБУВЬ.	5
3	Правила безопасной работы	1
4	Практическая работа "Выполнение ремонта в месте разрыва ткани"	1
5	Практическая работа "Штопка"	1
6	Практическая работа: "Наложение заплат"	1
7	Повторение по темам: "Личная гигиена" и "Одежда и обувь".	1
	ПИТАНИЕ.	4
8	О рациональном питании. Пищевая ценность продуктов.	1
9	Правила безопасной работы при приготовлении пищи	1
10	Сладкие блюда	1
11	Практическая работа "Сервировка стола к обеду"	1
	Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.	3
12	Сюжетно-ролевая игра "Семья за обедом"	1
13	"Играем вместе с малышом на улице"	1
14	Практическая работа "Играем вместе с малышом на улице"	1
	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	3
15	Вы собираетесь в гости.	1
16	Искусство делать подарки.	1
17	Цветы в подарок.	1
	ЖИЛИЩЕ.	5
18	Практическая работа "Уборка квартиры"	1
19	Практическая работа "Утепление окон"	1
20	Чистка и мытье оконных стекол и зеркал	1
21	Практическая работа "Чистка и мытье оконных стекол и зеркал"	1
22	Повторение по темам: "Культура поведения" и "Жилище". СЕОР.	1
	ТРАНСПОРТ.	2
23	Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов. Виды вагонов.	1
24	Сюжетно-ролевая игра "Покупка ж-д билетов"	1
	ТОРГОВЛЯ.	2
25	Универмаги и универсамы.	1
26	Сюжетно-ролевая игра "В магазине".	1
	СРЕДСТВА СВЯЗИ.	2
27	Почта. Посылки и бандероли.	1
28	Экскурсия на почту	1
	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.	6
29	Первая помощь при порезах и ссадинах	1
30	Практическая работа "Измерение температуры тела"	1
31	Лекарственные растения. Отвары. Настои, настойки. Чай.	1
32	Приготовление витаминизирующего отвара	1
33	Экскурсия в фито аптеку. СЕОР.	1
34	Повторение по темам: "Торговля", "Транспорт" и "Узел связи".	1

Тематическое планирование 8 класс

№ п.п	Наименование разделов, тем	кол-во часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.	3
1	Значение косметики для девушек и юношей. Уход за кожей, волосами, ногтями.	1
2	Как избавиться от неприятного запаха. Дезодоранты. Солнечный загар.	1
3	Косметические дезинфицирующие средства. Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств, рецепты умывания без мыла (профилактика проявления прыщей).	1
	ОДЕЖДА ОБУВЬ.	2

4	Уход за одеждой из хлопковых, льняных, шелковых, шерстяных и синтетических тканей, из трикотажа.	1
5	Практическое занятие "Уход за одеждой из хлопковых, льняных, шелковых, шерстяных и синтетических тканей, из трикотажа".	1
	ПИТАНИЕ.	5
6	Консервирование фруктов и ягод	1
7	Запись рецепта варенья из кабачка	1
8	Практическая работа «Приготовление варенья из кабачка»	1
9	Запись рецепта варенья из яблок	1
10	Практическая работа «Приготовление варенья из яблок»	1
11	Повторени работа по темам: "Личная гигиена", "Одежда и обувь" и "Питание".	1
	Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ.	7
12	Повторение по теме: "Я и моя будущая семья"	1
13	Практическая работа "Прогулка на свежем воздухе"	1
14	Повторение по теме: "Я и моя будущая семья"	1
15	Практическая работа "Стирка детского белья"	1
16	Распределение обязанностей в семье (Русская народная сказка "Федул и Меланья").	1
17	Бюджет семьи: статьи расходов, расходы на питание, планирование крупных покупок	2
	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ.	3
18	Внешний вид юноши (Одежда, аксессуары)	1
19	Как вести себя на дискотеке	1
20	Сюжетно-ролевая игра "Первое свидание"	1
	ЖИЛИЩЕ.	3
21	Бытовая химия в вашем доме	1
22	Практическая работа "Уборка кухни и ванны"	1
23	Повторени работа по темам: "Я и моя будущая семья", "Культура поведения", "Жилище".	1
	ТРАНСПОРТ.	2
24	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание. Порядок приобретения билетов.	1
25	Водный транспорт. Маршруты. Порядок приобретения билетов на автовокзале.	1
	ТОРГОВЛЯ.	3
26	Специализированные магазины (книжный, спортивный, мебельный).	1
27	Правила поведения в магазине	1
28	Экскурсия в книжный магазин.	1
	СРЕДСТВА СВЯЗИ.	2
29	Правила общения по телефону	1
30	Практическая работа: "Вызов служб по телефонам 01; 02; 03; 04"	1
31	Сюжетно - ролевая игра «У меня зазвонил телефон»	1
	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.	4
32	Глистные заболевания и меры их предупреждения	1
33	Первая помощь при несчастных случаях (ожог, обморожение)	1
34	Практическая работа «Первая помощь при тепловом ударе».	1

Тематическое планирование 9 класс

№ п.п	Наименование разделов, тем	кол-во часов
	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА	3
1	Правила личной гигиены.	1
2	Здоровый образ жизни.	1
3	Вред курения и алкоголя.	1
	ОДЕЖДА И ОБУВЬ	5
4	Стиль, вкус, мода.	1
5	Варианты обновления одежды.	1
6	Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением.	1
7	Практическая работа "Определение собственного размера одежды"	1

8	Практическая работа "Определение собственного размера обуви"	1
	ПИТАНИЕ	6
9	Гигиена питания.	1
10	Запись рецепта засолки огурцов и помидор.	1
11	Практическая работа «Приготовление соленных огурцов и помидор».	1
12	Запись рецепта и приготовление огурцов пастеризованных	1
13	Практическая работа "Приготовление огурцов пастеризованных"	1
14	Повторение по темам: "Одежда и обувь" и "Питание". СЕОР.	1
	Я И МОЯ БУДУЩАЯ СЕМЬЯ	4
15	Какая она, моя будущая семья?	1
16	Вскармливание новорожденного ребенка.	1
17	Повторение по теме "Я и моя будущая семья". СЕОР.	1
18	Практическая работа "Наш ребенок заболел" (вызов врача)	1
	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ	2
19	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми	1
20	Сюжетно-ролевая игра "К нам пришли гости на день рождение нашего ребенка"	1
	ЖИЛИЩЕ	4
21	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире	1
22	Практическая работа: "Упражнения в рациональной расстановке мебели, в подборе деталей интерьера"	1
	ТРАНСПОРТ	2
23	Назначение, стоимость и порядок приобретения билетов. Стоимость.	1
24	Работа над словарем: бизнес-класс, бронь, салон, трап, авиалайнер и т.д.	1
	ТОРГОВЛЯ	2
25	Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые.	1
26	Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену. Сюжетно-ролевая игра: "На рынке покупаем яблоки".	1
	СРЕДСТВА СВЯЗИ	2
27	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов.	1
28	Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, АОН и др. Особенности каждого вида связи.	1
	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ	4
29	Инфекционные заболевания и меры их предупреждения.	1
30	Уход за больным	1
31	Практическая работа «Больной в доме»	2
	УЧРЕЖДЕНИЯ И ОРГАНИЗАЦИИ	2
32	Предприятия бытового обслуживания.	1
33	Экскурсия на предприятие бытового обслуживания.	1
	ТРУДОУСТРОЙСТВО.	3
34	Как получить профессию? Как найти работу? Ситуация выбора профессии.	1

Программно-методическое обеспечение

1. Программа для 5-9 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида, под редакцией доктора педагогических наук В.В. Воронковой Сб.1. – М.: «Просвещение», 2010.
2. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных классах ОУ 8 вида: пособие для учителя. – М.: Владос, 2014.
3. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. 5 класс: рабочая тетрадь. – М.: «Владос», 2016.
4. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 5 класса. – М.: «Владос», 2014.
4. Интернет – ресурсы:
1. <https://infourok.ru/material.html?mid=110028> адап. программа;

2.<http://pedportal.net/po-tipu-materiala/pedagogika-korrekcionnaya/rabochaya-programma-po-matematike-dlya-korrekcionnyh-shkol-viii-vida-331691> раб. программа;

3.http://www.metod-kopilka.ru/adaptirovannaya_rabochaya_programma_po_matematike_6_klass_individualnoe_obuchenie-45595.htm адап. программа.