

Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
г. Мурманска «Средняя общеобразовательная школа № 27»

Принята
педагогическим советом
протокол от 30.08.19 № 1

Утверждена
Приказом от 02.09.19 № 134

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»
ДЛЯ 5 – 9 КЛАССОВ**

**Для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Составитель: Исакова С.Ю.

Мурманск
2019

Пояснительная записка

Вид программы: вспомогательная, адаптированная на особенности восприятия учебного материала ребёнка с нарушением познавательной деятельности.

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

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, одежде, оборудованию использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасности и гигиены труда; интереса к национальным традициям. Результативность знаний по этому разделу обеспечивается только при условии - тесной связи учителя с родителями, воспитателями. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирование новых.

Основные требования к знаниям и умениям

учащихся 5 «С» класса

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

- ✓ последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- ✓ периодичность и правила чистки ушей;
- ✓ правила освещенности рабочего места;
- ✓ правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- ✓ правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;
- ✓ о вреде курения и алкоголя

Жилище

Учащиеся должны знать:

- ✓ Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;
- ✓ Почтовый адрес своего дома и школы.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ Писать адреса на почтовых конвертах.

Питание

Учащиеся должны знать:

- ✓ значения питания;
- ✓ правила безопасной работы режущими инструментами; виды блюд, не требующих
- ✓ тепловой обработки;
- ✓ правила сервировки стола;
- ✓ правила мытья посуды и уборки помещения.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ прочесть рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;
- ✓ нарезать хлеб, сырые и варёные овощи;
- ✓ строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;

Одежда и обувь

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

- ✓ различать одежду и обувь в зависимости от их назначения:
повседневная,
праздничная,
- ✓ рабочая, спортивная;

- ✓ подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; сушить и чистить одежду;
- ✓ подготавливать одежду и обувь к хранению; подбирать крем и чистить кожаную обувь.

Семья

Учащиеся должны знать:

- ✓ родственные отношения в семье;
- ✓ состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их.

Должны уметь:

- ✓ записать имя, отчество, фамилию членов семьи;
- ✓ выполнять правила поведения в семье.

Культура поведения

Учащиеся должны знать:

- ✓ требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;
- ✓ правила поведения при встрече и расставании;
- ✓ формы обращения с просьбой, вопросом;
- ✓ правила поведения за столом

Учащиеся должны уметь: Распознавать ткани, изготовленные из различного сырья. Уметь оформлять образцы в альбом.

Транспорт

Учащиеся должны знать:

- ✓ основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- ✓ наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната;
- ✓ варианты проезда до школы рациональными видами транспорта;
- ✓ количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;
- ✓ правила передвижения на велосипеде.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ соблюдать правила поведения в школьном и общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);

соблюдать правила дорожного движения; различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы и обратно.

Торговля

Учащиеся должны знать:

- ✓ виды магазинов;
- ✓ назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции;

- ✓ правила поведения в магазине;
- ✓ правила покупки товаров;
- ✓ стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности;
- ✓ оплачивать покупку.
- ✓ соблюдать правила поведения в магазине.

Учебно - методический план 5 «С» класс

№ п / п	Раздел, тема курса	Последовательное изучение тем	Количество часов	Формы обучения и контроля
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ 1	План работы на четверть. Инструктаж по технике безопасности.	1	
2	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА 8	1. Правила личной гигиены. 2. Уход за волосами. 3. Гигиена зрения. 4. Вредные привычки.	2 2 2 2	Беседа Практическая работа
3	ЖИЛИЩЕ 6	1. Виды жилых помещений. 2. Гигиенические требования к жилому помещению. 3. Почтовый адрес дома и школы.	2 2 2	Уплотнённый опрос Практическая работа
4	ПИТАНИЕ 22	1. Основные продукты питания. 2. Место приготовления пищи. 3. Правила техники безопасности при работе на кухне. 4. Режим питания. 5. Яйца отварные, яичница, омлет 6. Значение овощей в питании. 7. Приготовление салатов. 8. Горячие и холодные напитки. 9. Приготовление пищи не треб. тепловой обработки. 10. Приготовление бутербродов. 11. Правила сервировки стола. 12. Правила и приемы ухода за	2 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 1	Контроль над действиями. Практическая работа Практическая работа

		посудой. 13. Приготовление овощной окрошки.	2 2	Контроль качества.
5	ОДЕЖДА И ОБУВЬ 6	1. Виды и назначение одежды, обуви, головных уборов. 2. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. 3. Обувь, уход за обувью	2 2 2	Практическая работа
6	СЕМЬЯ 3	1. Родственные отношения 2. Состав семьи.	1 2	Беседа
7	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ 5	1. Значение правильной осанки. 2. Правила поведения за столом. 3. Формы обращения к старшим и сверстникам.	1 2 2	Тест Фронтальный опрос
8	ТРАНСПОРТ 6	1. Виды транспортных средств. 2. Поведение в транспорте и на улице. 3. Правила дорожного движения.	2 2 2	Практическая работа
9	ТОРГОВЛЯ 8	1. Виды торговых предприятий. 2. Продуктовые магазины. 3. Порядок приобретения товаров. 4. Виды товаров: фасованные и в развес.	2 2 2 2	Контроль над действиями. Контроль качества.
10	ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОВТОРЕНИЕ 3		3	Опрос уплотнённый
	68 час			

Тематическое планирование уроков

СБО

5С класс

Учитель: С.Ю.ИСАКОВА

№	Раздел, тема курса	ТЕМА УРОКА	КОЛ-ВО ЧАСОВ
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ 1	План работы на четверть. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА 8	1. Правила личной гигиены. 2. Уход за волосами. 3. Гигиена зрения. 4. Вредные привычки.	2 2 2 2
3	ЖИЛИЩЕ 6	1. Виды жилых помещений. 2. Гигиенические требования к жилому помещению. 3. Почтовый адрес дома и школы.	2 2 2
4	ПИТАНИЕ 22	1. Основные продукты питания. 2. Место приготовления пищи. 3. Правила техники безопасности при работе на кухне. 4. Режим питания. 5. Яйца отварные, яичница, омлет 6. Значение овощей в питании. 7. Приготовление салатов. 8. Горячие и холодные напитки. 9. Приготовление пищи не треб. тепловой обработки. 10. Приготовление бутербродов. 11. Правила сервировки стола. 12. Правила и приемы ухода за	2 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 1 2

		посудой. 13. Приготовление овощной окрошки.	2
5	ОДЕЖДА И ОБУВЬ 6	1.Виды и назначение одежды, обуви, головных уборов. 2.Правила и приемы повседневного ухода за одеждой. 3. Обувь, уход за обувью	2 2 2
6	СЕМЬЯ 3	1. Родственные отношения 2. Состав семьи.	1 2
7	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ 5	1.Значение правильной осанки. 2. Правила поведения за столом. 3.Формы обращения к старшим и сверстникам.	1 2 2
8	ТРАНСПОРТ 6	1. Виды транспортных средств. 2. Поведение в транспорте и на улице. 3. Правила дорожного движения.	2 2 2
9	ТОРГОВЛЯ 8	1. Виды торговых предприятий. 2. Продуктовые магазины. 3. Порядок приобретения товаров. 4. Виды товаров: фасованные и в развес.	2 2 2 2
10	ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОВТОРЕНИЕ 3		3

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 9 «С» класса

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

- ✓ последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- ✓ периодичность и правила чистки ушей;
- ✓ правила освещенности рабочего места;
- ✓ правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- ✓ правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;
- ✓ о вреде курения и алкоголя

Жилище

1.Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.

2.Сохранение жилищного фонда.

Учащиеся должны знать:

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

Учащиеся должны уметь:

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

Питание

1.Диетическое питание.

2.Питание детей ясельного возраста.

3.Приготовление национальных блюд.

4.Составление меню и сервировка праздничного стола.

Учащиеся должны знать:

- ✓ значение диетического питания;
- ✓ особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста;
- ✓ названия и рецепты 1 -2 национальных блюд.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ составить меню диетического питания на день;
- ✓ приготовить 1-2 диетическое блюдо;
- ✓ составить меню на день для ребёнка ясельного возраста и приготовить соответственно его блюда;

Одежда и обувь

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

Учащиеся должны знать:

- ✓ размеры своих одежды и обуви;
 - ✓ гарантийные сроки носки;
 - ✓ правила возврата;
 - ✓ способы обновления одежды с помощью мелких деталей;
 - ✓ средства выведения пятен в домашних условиях;
 - ✓ общие правила выведения чернильных, жирных и фруктовых пятен, пятен от молока,
 - ✓ мороженого, шоколада, кофе, крови, масляных красок, следов горячего утюга и др.;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе со
- ✓ средствами выведения пятен; правила стирки изделий из тюля, трикотажа.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ пользоваться журналом мод;
 - ✓ подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями.
 - ✓ рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности;
 - ✓ выводить пятна на одежде разными средствами;
 - ✓ стирать изделие из тюля и трикотажа.
 - ✓ различать одежду и обувь в зависимости от их назначения:
- повседневная,
праздничная,
- ✓ рабочая, спортивная;
 - ✓ подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; сушить и чистить одежду;
 - ✓ подготавливать одежду и обувь к хранению; подбирать крем и чистить кожаную обувь.

Семья

1 .Российская семья. Условия создания семьи, основные семейные отношения.

2.Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга, отдыха в семье.

3.Семейные традиции.

Учащиеся должны знать:

- ✓ основные виды семейных отношений, формы организаций досуга и отдыха в семье;
- ✓ семейные традиции;
- ✓ о морально-этических нормах взаимоотношений в семье; обязанности, связанные с заботой о детях.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку;
- ✓ выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношения к родителям, дедушкам, бабушкам); оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи;
- ✓ активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье;
- ✓ поддерживать и укреплять семейные традиции; выполнять обязанности, связанные с заботой о детях.

Культура поведения

1. Адекватность поведения в обществе.

2. Приём гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.

Учащиеся должны знать:

- ✓ правила поведения в обществе - правила приёма гостей (правила хозяев при встрече, расставании, во время визита).

Учащиеся должны уметь:

- ✓ встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма их;
- ✓ анализировать поступки людей и давать им правильную оценку.

Транспорт

1. Маршруты. Порядок приобретения билетов.

Стоимость проезда.

Учащиеся должны знать:

- ✓ основные маршруты городского транспорта;
- ✓ стоимость проезда;
- ✓ порядок приобретения и возврата билетов;
- ✓ правила безопасности во время движения;

Учащиеся должны уметь:

- ✓ ориентироваться в расписании;
- ✓ определять маршрут и выбирать транспортные средства;
- ✓ выполнять правила безопасности .

Торговля

1. Значение ярмарок: международные, межрегиональные, междугородные, межрайонные, сельские.
2. Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов.
3. Время и место проведения ярмарок.

Учащиеся должны знать:

- ✓ виды ярмарок;
- ✓ отличия ярмарки от магазина;
- ✓ время и место проведения ярмарок;
- ✓ цены ярмарочных товаров, их отличие от рыночных и магазинных.

Должны уметь:

- ✓ приобретенные умения при покупке товаров в магазинах, на рынке перенести самостоятельно в новые условия - ярмарки.

Средства связи

Виды денежных перевода (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов.

Виды связи: сотовая, автоответчик, пейджер, компьютерная, факс, АОН, телефон с определителям и др. Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.

Учащиеся должны знать:

- ✓ виды денежных переводов, их стоимость;
- ✓ виды связи (сотовая, компьютерная, факс, автоответчик), их значимость,
- ✓ необходимость;
- ✓ стоимость услуг по каждому виду связи.

Должны уметь:

- ✓ заполнить почтовый и телеграфный перевод;
- ✓ подсчитать стоимость денежных отправок; оформить квитанции по оплате телефонных услуг.

Экономика домашнего хозяйства.

1. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.
2. Экономия в домашнем хозяйстве.
3. Сбережения. Виды вкладов.

Учащиеся должны знать:

- ✓ правила экономии
- ✓ виды и цели сбережений
- ✓ виды кредита

- ✓ виды страхования.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ Планировать и подсчитывать расходы
- ✓ Соблюдать правила экономии

Медицинская помощь

Причины возникновения инфекционных заболеваний. Обработка помещения, посуды. Профилактика заболеваний.

Профориентация и трудоустройство

Учреждения и отделы по трудоустройству (отдел кадров, комиссия по трудоустройству

молодежи при префектуре, бюро по трудоустройству населения, детская биржа труда).

Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для

поступления на работу. Их оформление.

Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка; правила их составления.

Учащиеся должны знать:

- ✓ учреждения и отделы по трудоустройству;
- ✓ местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям,
- ✓ изучаемым в школе;
- ✓ виды документов, необходимых для поступления на работу;
- ✓ правила перехода с одной работы на другую;
- ✓ перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ 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.

Учебно - методический план 9 «С» класс

№ п/п	Раздел, тема курса	Последовательное изучение тем	Количество часов	Формы обучения и контроля
1	ТОРГОВЛЯ 4	Инструктаж по технике безопасности. 1 Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами. 2 Рынки сельхозпродукции и плодоовощные базы. Отделы рынка. Выбор продукта. 3 Отличие рыночной торговли от магазинной 4 Экскурсия на рынок (виртуально) Деньги.	1 1 1 1	Опрос
2	ПИТАНИЕ 9	1. Санитарно- гигиенические требования к приготовлению пищи 2. Правила безопасной работы на кухне 3. Закатывание консервов 4. Т.б при работе с электроплитой 5. Грибы 6. Рецепт и способ, приготовления засолки грибов 7. Рецепт и способ приготовления жареных котлет с гарниром 8. Рецепт и способ приготовления блюда из жареной рыбы 9. Рецепт и способ приготовления печенья	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Беседа Практическая работа Контроль над действиями. Тест
3	СРЕДСТВА СВЯЗИ 3	1. Средства связи 2. Товары по почте. Оформление заказа на покупку товара по почте. Получение заказа наложенным платежом.	1 1 1	Практическая работа

		3. Оформление подписки на газеты и журналы. Контрольное тестирование по темам: «Питание, средства связи»		Контроль над действиями.
4	ТРАНСПОРТ 5	1.Транспорт 2.Автовокзал. Ориентирование в расписании рейсовых автобусов. Порядок приобретения билета. Билет как страховка. Багажное отделение автобуса 3. Культура общения пассажиров (ролевая игра) 4. Экскурсия на автовокзал 5. ПДД. Правила поведения на улице.	1 1 1 1 1	Беседа Практическая работа Уплотнённый опрос
5	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА 4	1.Личная гигиена Правила ухода за кожей лица, тела, ног за ногтями (маникюр) 2. Уход за кожей лица, тела, ног за ногтями (маникюр) 3.Уход за волосами. Косметические средства 4. Бритье. Принадлежности, гигиенические средства.	1 1 1 1	Беседа Тест
6	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ 2	1.Культура общения Правила этикета - приглашение и прием гостей. 2. Правила этикета - поведение в гостях		Практическая работа
7	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ 5	1.Медицинская помощь 2. Причины возникновения инфекционных заболеваний 3. Обработка помещения, посуды при инфекционном заболевании 4. Профилактика заболеваний с помощью народных средств 5. Уход за больным.	1 1 1 1 1	Тест
8	СЕМЬЯ 2	1. Состав семьи. Отношения между членами семьи. Помощь младшим членам семьи и	1	Беседа

		старикам. 2. Обязанности детей по отношению к родителям.	1	
9	ПРОФ ОРИЕНТАЦИЯ И ТРУДОУСТРОЙСТ ТВО 12	1. Вводное занятие. Клуб "поиск работы" 2. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу. Их оформление 3. Закон о занятости населения. 4. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка; правила их составления. 5. Государственная служба занятости. 6. Составление деловых бумаг: заявление, автобиография, заполнение анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки. 7. Заочная экскурсия в учреждение службы занятости 8. Варианты поиска работы 9. .Кодекс законов о труде 10. Основные виды работ и профессий, запрещенных для подростка. 11. Трудовой договор. Трудовой стаж 12. Профессионально-жизненная перспектива.	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Практическая работа Тест Фронтальный опрос
10	ОДЕЖДА И ОБУВЬ 11	1. Одежда и обувь 2. Стиль, мода и коррекция фигуры с помощью одежды. 3. Одежда из меха и кожи. Повседневный уход. 4. Чистка и подготовка к сезонному хранению одежды из меха и кожи. 5. Уход за замшевой обувью 6. Мелкий ремонт кожаной одежды (пуговицы, вешалки)	1 1 1 1 1 1	Практическая работа

		7. Ремонт одежды. Предприятия бытового обслуживания 8. Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. 9. Экскурсия на ближайшее предприятие бытового обслуживания населения для ознакомления с их деятельностью. 10. Заочная экскурсия в ателье или пункт еврохимчистки. 11. Еврохимчистка-виды услуг.	1 1 1 1 1	
11	ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА 4	1. Ежемесячные платежи (повторение). Планирование расходов на месяц 2. Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. 3. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов 4. Упражнение в планировании крупных, дорогостоящих покупок (на конкретных примерах)	1 1 1 1	Контроль над действиями Практическая работа Практическая работа
12	ЖИЛИЩЕ 5	1. Мебель и оборудование в доме. 2. Санитарно-гигиенические требования к уборке кухни. Правила уборки. 3. Кухонные электроприборы, использование и уход за ними. Правила безопасности при работе с электроприборами. 4. Интерьер кухни. 5. Уборка кухни	1 1 1 1 1	Беседа Практическая работа

Тематическое планирование уроков
СБО
9 «С» класс
Учитель: Т.М.УСОЛЬЦЕВА

№ п/ п	Раздел, тема курса	Последовательное изучение тем	Количество часов
1	ТОРГОВЛЯ 4	Инструктаж по технике безопасности. 1 Оптовая и розничная торговля продовольственными и промышленными товарами. 2 Рынки сельхозпродукции и плодовоовощные базы. Отделы рынка. Выбор продукта. 3 Отличие рыночной торговли от магазинной 4 Экскурсия на рынок (виртуально) Деньги.	1 1 1 1
2	ПИТАНИЕ 9	1. Санитарно- гигиенические требования к приготовлению пищи 2. Правила безопасной работы на кухне 3. Закатывание консервов 4. Т.б при работе с электроплитой 5. Грибы 6. Рецепт и способ, приготовления засолки грибов 7. Рецепт и способ приготовления жареных котлет с гарниром 8. Рецепт и способ приготовления блюда из жареной рыбы 9. Рецепт и способ приготовления печенья	1 1 1 1 1 1 1 1 1
3	СРЕДСТВА СВЯЗИ 3	1.Средства связи 2.Товары по почте. Оформление заказа на покупку товара по почте. Получение заказа наложенным платежом. 3. Оформление подписки на газеты и журналы. Контрольное тестирование по темам: «Питание, средства связи».	1 1 1
4	ТРАНСПОРТ 5	1.Транспорт 2.Автовокзал. Ориентирование в расписании рейсовых автобусов. Порядок приобретения билета. Билет как страховка. Багажное	1 1

		отделение автобуса 3. Культура общения пассажиров (ролевая игра) 4. Экскурсия на автовокзал 5. ПДД. Правила поведения на улице.	1 1 1
5	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА 4	1. Личная гигиена Правила ухода за кожей лица, тела, ног за ногтями (маникюр) 2. Уход за кожей лица, тела, ног за ногтями (маникюр) 3. Уход за волосами. Косметические средства 4. Бритье. Принадлежности, гигиенические средства.	1 1 1 1
6	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ 2	1. Культура общения Правила этикета - приглашение и прием гостей. 2. Правила этикета - поведение в гостях	1 1
7	МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ 5	1. Медицинская помощь 2. Причины возникновения инфекционных заболеваний 3. Обработка помещения, посуды при инфекционном заболевании 4. Профилактика заболеваний с помощью народных средств 5. Уход за больным.	1 1 1 1 1
8	СЕМЬЯ 2	1. Состав семьи. Отношения между членами семьи. Помощь младшим членам семьи и старикам. 2. Обязанности детей по отношению к родителям.	1 1
9	ПРОФ ОРИЕНТАЦИЯ И ТРУДОУСТРОЙСТВО 12	1. Вводное занятие. Клуб "поиск работы" 2. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу. Их оформление 3. Закон о занятости населения. 4. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка; правила их составления. 5. Государственная служба занятости. 6. Составление деловых бумаг: заявление, автобиография, заполнение анкеты, заявки на	1 1 1 1 1 1

		материалы, инструменты, расписки, докладной записки. 7. Заочная экскурсия в учреждение службы занятости 8 Варианты поиска работы 9. .Кодекс законов о труде 10.Основные виды работ и профессий, запрещенных для подростка. 11. Трудовой договор. Трудовой стаж 12. Профессионально-жизненная перспектива.	1 1 1 1 1 1
10	ОДЕЖДА И ОБУВЬ 11	1. Одежда и обувь 2. Стилль, мода и коррекция фигуры с помощью одежды. 3. Одежда из меха и кожи. Повседневный уход. 4. Чистка и подготовка к сезонному хранению одежды из меха и кожи. 5.Уход за замшевой обувью 6. Мелкий ремонт кожаной одежды (пуговицы, вешалки) 7. Ремонт одежды. Предприятия бытового обслуживания 8. Ателье по ремонту меховой и кожаной одежды. 9. Экскурсия на ближайшее предприятие бытового обслуживания населения для ознакомления с их деятельностью. 10. Заочная экскурсия в ателье или пункт еврохимчистки. 11. Еврохимчистка-виды услуг.	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
11	ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА 4	1. Ежемесячные платежи (повторение). Планирование расходов на месяц 2. Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. 3. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов 4.Упражнение в планировании крупных, дорогостоящих покупок (на конкретных примерах)	1 1 1 1
12	ЖИЛИЩЕ 5	1.Мебель и оборудование в доме.	1

		2. Санитарно-гигиенические требования к уборке кухни. Правила уборки.	1
		3. Кухонные электроприборы, использование и уход за ними. Правила безопасности при работе с электроприборами.	1
		4. Интерьер кухни.	1
		5. Уборка кухни	1

.Учебно-методические пособия, учебники:

- Лаптев А. П., Горбунов В. В. Твой режим дня. – М.: Советский спорт, 1988. – 48 с.
- Гармония здоровья (режим труда и отдыха)/ Сост. С. Ю. Юровский. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 80 с.
- Быт, здоровье, красота/ Ред. С. А. Цой. – Ташкент: Узбекистон, 382 с.
- Грожан Д. В. Практикум начинающего дизайнера. Интерьерные подробности. — Ростов н/Дону: Феникс, 2005. – 352 с.
- Энциклопедия красоты и хорошего самочувствия / Пер. с франц. М. А. Нелюбиной. – Краснодар: Кн. изд-во, 1994. – С. 67 – 79.
- Бабина Н. В. Секреты этикета. – Смоленск: Русич, 2001. – 208 с.