

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Кулаковская средняя общеобразовательная школа  
Тюменского муниципального района

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей филологического цикла  
протокол № 1  
от «27» августа 2021г  
Г. Градобоева Н.Б.Градобоева

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
Т.Я. Плесовских  
«30» августа 2021г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОУ  
А.М.Сивуха  
«31» августа 2021г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по АООП для детей с УО

|             |                                                                 |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|
| Предмет     | Социально-бытовая ориентировка (СБО)                            |
| Учебный год | 2021-2022                                                       |
| Класс       | 7А                                                              |
| Учитель     | Градобоева Наталья Борисовна– высшая квалификационная категория |

Адаптированная рабочая программа по СБО для ученика 7 класса составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

— Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В.Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2010.

Рабочая программа по СБО реализует миссию школы: «**Понять. Принять. Полюбить. Развить и научить**» и реализует её на уроках социально-бытовой ориентировки.

**Цель курса социально – бытовой ориентировки:** практическая подготовка обучающихся к самостоятельной жизни и труду в современных экономических условиях, к их включению в незнакомый мир производственных, деловых человеческих отношений.

Данная рабочая программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся 7 класса с интеллектуальной недостаточностью

**Личностными результатами** изучения курса являются:

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

**Метапредметными результатами** изучения курса являются:

-в результате выполнения под руководством учителя коллективных и групповых работ, закладываются основы таких социально ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

-владение начальными формами *познавательных универсальных учебных действий* — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных *регулятивных универсальных учебных действий*: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Учащиеся адаптированной программы , страдая умственными недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, - в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности

При отборе конкретного содержания обучения принципиально важное значение имеют социально-нравственные аспекты трудовой деятельности, личностная и общественная значимость создаваемых изделий.

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;

-применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета СБО в школе обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

**Программа 7 специального (коррекционного) класса реализуется через следующие методы и приёмы обучения:** разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные опоры, демонстрация учебных пособий и образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий, анализ и синтез. Занятия должны проводиться в кабинете СБО, который приспособлен и имеет всё необходимое оборудование для реализации данной программы.

В тематическом планировании курса предусматриваются: уроки изучения нового материала, комбинированные, обобщающие уроки, практические работы, экскурсии.

**Основные содержательные линии выстроены** с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся 7 класса , уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически ознакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им предстоит обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Каждый раздел программы включает в себя основные теоретические сведения, практические работы

#### **Межпредметные связи:**

- СБО – русский язык /закрепление навыков письма при выполнении письменных работ/;
- СБО – математика /математический расчёт по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных переводов и т.п./;
- СБО – география /знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий/;
- СБО – биология /знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления/;
- СБО – трудовое обучение /выполнение практических заданий по уходу за одеждой/.

Рабочая программа по СБО составлена на основе Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В.Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2010.

#### **7 класс**

### Тематическое планирование уроков

| № п/п  | Название раздела                        | Количество часов |
|--------|-----------------------------------------|------------------|
| 1      | «Личная гигиена»                        | 4ч               |
| 2      | «Одежда и обувь»                        | 8ч               |
| 3      | «Семья»                                 | 4ч               |
| 4      | «Культура поведения»                    | 4ч               |
| 5      | «Питание»                               | 12ч              |
| 6      | «Жилище»                                | 4ч               |
| 7      | «Транспорт»                             | 4ч               |
| 8      | «Торговля»                              | 10ч              |
| 9      | «Средства связи»                        | 6ч               |
| 10     | «Медицина»                              | 8ч               |
| 11     | «Учреждения, организации и предприятия» | 4ч               |
| ИТОГО: |                                         | 68 часов         |

### Планирование коррекционной работы СБО в 7 классе

| № п/п | Крупные темы         | Кол-во часов | Коррекционная работа                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|----------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | «Личная гигиена»     | 4ч           | Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с особенностями личной гигиены в жизни подростка. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.                                                                                       |
| 2     | «Одежда и обувь»     | 8ч           | Развивать мелкую моторику рук и глазомер при практическом выполнении ремонта одежды. Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь.                                                                                                |
| 3     | «Семья»              | 4ч           | Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки, осуществляя связь с жизнью                                                                                                                                                                                                                     |
| 4     | «Культура поведения» | 4ч           | Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды в соответствии с назначением и подборе и оформлении подарков. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил приёма и отказа от приглашения в гости. Корректировать поведенческие навыки.                     |
| 5     | «Питание»            | 12ч          | Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие в процессе приготовления 1х и 2х блюд. |
| 6     | «Жилище»             | 4ч           | Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний.                                                                              |
| 7     | «Транспорт»          | 4ч           | Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о железнодорожном транспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корректировать внимание и поведенческие навыки в процессе практ. повт. изученного.                                        |
| 8     | «Торговля»           | 10ч          | Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при определении                                                                                                                                                                                                                       |

|    |                                         |    |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|-----------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                         |    | назначения и выделения отличий и сходств универмага и универсама. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью.                                                                        |
| 9  | «Средства связи»                        | 6ч | Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности. Развивать наблюдательность и способность правильно распределять внимание при ознакомлении с работой почты.                                               |
| 10 | «Медицина»                              | 8ч | Активизировать речевую деятельность, развивать связную речь в процессе составления последовательного рассказа, сопровождаемого практическими действиями при оказании первой медицинской помощи. Расширять кругозор, осуществляя взаимосвязь с жизнью. |
| 11 | «Учреждения, организации и предприятия» | 4ч | Способствовать развитию аналитико-синтетической деятельности при распределении предприятий города на определенные категории и в процессе формирования представлений об их назначении. Активизировать осознанное восприятие и логическое мышление.     |

### 7 класс

| Темы                 | Краткое содержание тем                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «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 в ручную. 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, 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. Посылки. 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. |
| «Учреждения, организации и предприятия» | Промышленные и сельскохозяйственные предприятия местности, их назначение для жителей города.                                                 |

**В рабочей программе СБО предусмотрены следующие уроки:**

- Беседы
- Практические работы
- Экскурсии
- Сюжетно-ролевые игры

### **В 7 классе:**

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

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

#### ***2. Обучающиеся должны уметь:***

- Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

#### **VI. Контрольно – измерительные материалы.**

**Оценочная деятельность** состоит из фронтального и индивидуального письменного и устного опроса с использованием:

- Тестов
- Кроссвордов
- Буквенных и цифровых заданий (карточек-заданий)
- Практических работ.

Контрольно - измерительный материал создается учителем в соответствии с психофизическими особенностями учащихся каждого класса.

В конце года проводится итоговая контрольная работа (итоговый контроль) по изученному материалу в виде теста.

#### **Календарно-тематическое планирование по СБО 7а класс VIII вида (68ч.)**

| № урока   | Раздел, тема                                                                                                   | Количество часов |      | Дата проведения |       |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------|-----------------|-------|
|           |                                                                                                                | подр.            | тема | по пл.          | пров. |
|           | <b>I четверть-18 часов.</b>                                                                                    |                  |      |                 |       |
| <b>I</b>  | <b>Личная гигиена</b>                                                                                          | <b>4</b>         |      |                 |       |
| 1-2       | Особенности личной гигиены в жизни подростка.                                                                  |                  | 2    | 03.09.<br>05.09 |       |
| 3-4       | Особенности ухода за волосами кожей лица<br>Пользование шампунем в соответствии с типом волос                  |                  | 2    | 10.09<br>12.09  |       |
| <b>II</b> | <b>Одежда и обувь</b>                                                                                          | <b>8</b>         |      |                 |       |
| 5-6       | Значение продления срока служения одежды.<br>Виды штопки, наложение заплат.                                    |                  | 2    | 17.09<br>19.09  |       |
| 7-8       | Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей,<br>стирка изделий из шелка вручную. |                  | 2    | 24.09<br>26.09  |       |

|            |                                                                      |           |   |                |  |
|------------|----------------------------------------------------------------------|-----------|---|----------------|--|
| 9-10       | Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.            |           | 2 | 01.10<br>03.10 |  |
| 11-12      | Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.                |           | 2 | 08.10<br>10.10 |  |
| <b>III</b> | <b>Семья</b>                                                         | <b>4</b>  |   |                |  |
| 13-14      | Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми          |           | 2 | 15.10<br>17.10 |  |
| 15-16      | Разучивание и проведение игр с младшими школьниками                  |           | 2 | 22.10<br>24.10 |  |
| <b>IV</b>  | <b>Культура поведения</b>                                            | <b>4</b>  |   |                |  |
| 17-18      | Правила приема приглашения в гости и формы отказа.                   |           | 2 | 29.10<br>31.10 |  |
|            | <b>II четверть-14 часов.</b>                                         |           |   |                |  |
| 19-20      | Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки                   |           | 2 | 12.11<br>14.11 |  |
| <b>V</b>   | <b>Жилище</b>                                                        | <b>4</b>  |   |                |  |
| 21-22      | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.                       |           | 2 | 19.11<br>21.11 |  |
| 23-24      | Уход за полом, в зависимости от покрытия.                            |           | 2 | 26.11<br>28.11 |  |
| <b>VI</b>  | <b>Транспорт</b>                                                     | <b>4</b>  |   |                |  |
| 25-26      | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Справочная служба. |           | 2 | 02.12<br>04.12 |  |
| 27-28      | Виды пассажирских вагонов. Виды камеры хранения                      |           | 2 | 09.12<br>11.12 |  |
| <b>VII</b> | <b>Торговля</b>                                                      | <b>10</b> |   |                |  |
| 29-30      | Универмаги и универсамы, их назначение.                              |           | 2 | 16.12<br>18.12 |  |
| 31-32      | Назначение магазинов                                                 |           | 2 | 23.12<br>25.12 |  |
|            | <b>III четверть-20 часов.</b>                                        |           |   |                |  |

|             |                                                                                                        |           |   |                 |  |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---|-----------------|--|
| 33-34       | Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров                                                          |           | 2 | 15.01.<br>20.01 |  |
| 35-36       | Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание. Хранение чека или его копии.                       |           | 2 | 22.01<br>27.01  |  |
| 37-38       | Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.                              |           | 2 | 30.01<br>04.02  |  |
| <b>VIII</b> | <b>Средства связи</b>                                                                                  | <b>6</b>  |   |                 |  |
| 39-40       | Виды бандеролей. Порядок их отправления                                                                |           | 2 | 06.02<br>11.02  |  |
| 41-42       | Посылки. Виды упаковок.                                                                                |           | 2 | 13.02<br>18.02  |  |
| 43-44       | Стоимость отправления.                                                                                 |           | 2 | 20.02<br>25.02  |  |
| <b>IX</b>   | <b>Медицинская помощь</b>                                                                              | <b>8</b>  |   |                 |  |
| 45-46       | Виды доврачебной помощи.                                                                               |           | 2 | 27.02<br>03.03  |  |
| 47-48       | Лекарственные растения в домашней аптечке.                                                             |           | 2 | 05.03<br>10.03  |  |
| 49-50       | Первая медицинская помощь при травмах.                                                                 |           | 2 | 12.03<br>17.03  |  |
| 51-52       | Меры по предупреждению переломов                                                                       |           | 2 | 19.03<br>24.03  |  |
|             | <b>IV четверть-16 часов.</b>                                                                           |           |   |                 |  |
| <b>X</b>    | <b>Питание</b>                                                                                         | <b>12</b> |   |                 |  |
| 53-54       | Виды питания                                                                                           |           | 2 | 07.04<br>09.04  |  |
| 55-56       | Значение первых, вторых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов                   |           | 2 | 14.04<br>16.04  |  |
| 57-58       | Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи |           | 2 | 21.04<br>23.04  |  |
| 59-60       | Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю. Приготовление винегрета                       |           | 2 | 28.04<br>30.04  |  |

|           |                                                          |              |   |                |  |
|-----------|----------------------------------------------------------|--------------|---|----------------|--|
| 61-62     | Запись рецептов.<br>Сладкие блюда. Приготовление компота |              | 2 | 05.05<br>07.05 |  |
| 63-64     | Приготовление изделий из теста                           |              | 2 | 12.05<br>14.05 |  |
| <b>XI</b> | <b>Учреждения, организации и предприятия</b>             | <b>4</b>     |   |                |  |
| 65-66     | Промышленные сельскохозяйственные предприятия            |              | 2 | 19.05<br>21.05 |  |
| 67-68     | Экскурсия                                                |              | 2 | 26.05<br>28.05 |  |
|           | <b>Итого:</b>                                            | <b>68 ч.</b> |   |                |  |

**Календарно - тематическое планирование по курсу «Социально – бытовая ориентировка» 7 класс.**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Тема</b>                                                                                                                                                | <b>Кол-<br/>во<br/>часов</b> | <b>Дата</b>    | <b>Основные понятия, словарь</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Выполнение<br/>практической<br/>части</b> | <b>Примечание</b>                                                                                     |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  | <b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА – 4 часа.</b>                                                                                                                            |                              |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                       |
| 1-2              | Особенности личной гигиены в жизни подростка.<br>Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Отдельные беседы с мальчиками и девочками.           | 2                            | 03.09<br>05.09 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Подросток»</li> <li>— Характерные изменения в подростковом возрасте.</li> <li>— Особенности ухода за собой в данный период</li> <li>— Особенности ухода за телом девушки</li> <li>— Особенности ухода за телом юноши.</li> </ul>                                                |                                              | Соблюдение правил личной гигиены.                                                                     |
| 3-4              | Особенности ухода за волосами. Использование шампуня в соответствии с типом волос.<br>Особенности ухода за кожей лица.<br>Приёмы ухода за кожей рук и ног. | 2                            | 10.09<br>12.09 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Определение типа волос.</li> <li>— Средства по уходу за волосами.</li> <li>— Средства от перхоти.</li> <li>— Типы кожи, способы определения.</li> <li>— Средства по уходу за кожей лица,</li> <li>— Последовательность ухода.</li> <li>— Способы ухода</li> <li>— Специалисты</li> </ul> |                                              | Подбор косметических средств, в соответствии со своим типом кожи.<br>Зарисовка косметических средств. |

|       |                                                                                                               |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                          |                                                                                      |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|       | ОДЕЖДА И ОБУВЬ – 8 часов.                                                                                     |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                          |                                                                                      |
| 5-6   | Значение продления срока службы одежды. Виды штопки. ПР<br>Наложение заплат на изделие. ПР                    | 2 | 17.09<br>19.09 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Способы продления срока службы одежды,</li> <li>— Значение</li> <li>— Меры предосторожности.</li> <li>— Разновидности штопки.</li> <li>— Назначение</li> <li>— Способы и последовательность выполнения.</li> <li>— Виды заплат</li> <li>— Значение</li> <li>— Особенности раскроя.</li> <li>— Соблюдение техники безопасности</li> </ul> | Выполнение штопки по плану. Подготовка заплат, раскрой ткани. Наложение заплат по плану. |                                                                                      |
| 7-8   | Использование бытовой техники для стирки белья из хлопчатобумажной ткани. Стирка изделий из шёлка вручную. ПР | 2 | 24.09<br>26.09 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Разновидности тканей, особенности ухода</li> <li>— Виды бытовой техники.</li> <li>— Варианты использования.</li> <li>— Устройство стиральной машины.</li> <li>— Особенности ткани</li> <li>— Способы ухода</li> <li>— Правила стирки, сушки</li> <li>— Подбор моющих средств.</li> </ul>                                                 | Демонстрация стирки блузы из шёлка.                                                      | Оформление реферата о стирке одежды. Подбор символов на ярлыках для ухода за одеждой |
| 9-10  | Правила и приёмы глажения белья, брюк. ПР                                                                     | 2 | 01.10<br>03.10 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Значение глажения</li> <li>— Правила глажения</li> <li>— Приёмы глажения брюк, блузки.</li> <li>— Соблюдение правил безопасности при работе с утюгом.</li> </ul>                                                                                                                                                                         | Глажение брюк и блузки.                                                                  | Зарисовка последовательности.                                                        |
| 11-12 | Прачечные. Виды услуг, правила пользования. ПР                                                                | 2 | 08.10<br>10.10 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Назначение прачечных</li> <li>— Виды услуг</li> <li>— Подготовка белья.</li> <li>— Правила сдачи белья</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                        | Экскурсия в прачечную школы-интерната                                                    | Отчет по плану.                                                                      |
|       | СЕМЬЯ – 4 часа.                                                                                               |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                          |                                                                                      |
| 13-14 | Помощь родителям и                                                                                            | 2 | 15.10          | — Правила по уходу за детьми                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Заучивание                                                                               | Подобрать                                                                            |

|       |                                                                                                                               |   |                |                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                    |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------|
|       | воспитателям в уходе за детьми младшего возраста. ПР                                                                          |   | 17.10          | — Стихи, песенки, подвижные игры.                                                                                                                                                                                        | стишков, песенок.                         | песенки, стишки, игры - оформить   |
| 15-16 | Разучивание и проведение игр с младшими школьниками                                                                           | 2 | 22.10<br>24.10 | — Виды помощи<br>— Приёмы наведения чистоты и порядка<br>— Способы поддержания порядка в своей комнате.                                                                                                                  |                                           |                                    |
|       | <b>КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ – 4 часа.</b>                                                                                           |   |                |                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                    |
| 17    | Правила приёма приглашения в гости. ПР                                                                                        | 1 | 29.10          | — Способы приглашения в гости<br>— Правила приёма приглашения по этикету                                                                                                                                                 | Оформление приглашения.                   | Придумать и оформить приглашение.  |
| 18    | Формы отказа от приглашения в гости.                                                                                          | 1 | 31.10          | — Возможные причины отказа от приглашения<br>— Способы выражения отказа.                                                                                                                                                 |                                           |                                    |
|       | <b>II четверть 14 часов.</b>                                                                                                  |   |                |                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                    |
| 19    | Подготовка внешнего вида к походу в гости.                                                                                    | 1 | 12.11          | — Продумать свой наряд<br>— Подготовка обуви<br>— Подготовка одежды<br>— Прическа (посещение парикмахерской)                                                                                                             |                                           |                                    |
| 20    | Подарки. ПР                                                                                                                   | 1 | 14.11          | — Назначение подарков<br>— Какие подарки приятно получать<br>— Какие подарки нельзя дарить<br>— Оформление подарка.                                                                                                      | Демонстрация оформления подарка.          | Продумать подарок и его оформление |
|       | <b>ПИТАНИЕ – 12 часов</b>                                                                                                     |   |                |                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                    |
| 21-22 | Виды питания. НРК                                                                                                             | 2 | 19.11<br>21.11 | — Виды питания,<br>— Значение питания,<br>— Основные продукты питания.                                                                                                                                                   |                                           |                                    |
| 23-24 | Значение 1-х, 2-х блюд для детского организма. Приготовление щей из свежей капусты. Запись рецепта и подготовка продуктов. ПР | 2 | 26.11<br>28.11 | — Группы блюд по порядку подачи к столу,<br>— Разновидности блюд,<br>— Значение первых и вторых блюд.<br>— Способы приготовления щей.<br>— Запись разных рецептов<br>— Первичная обработка,<br>— Способы нарезки овощей. | Обработка и нарезка овощей для щей.       | Подбор блюд по группам, зарисовки. |
| 25-26 | Использование механических и электрических бытовых приборов при                                                               | 2 | 03.12<br>05.12 | — Значение механических приборов,<br>— Разновидности,                                                                                                                                                                    | Демонстрация механических и электрических | Зарисовки, отличия.                |

|       |                                                                                                                       |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                             |                                                |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
|       | приготовлении пищи. ПР                                                                                                |   |                | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Значение электрических приборов,</li> <li>— Разновидности,</li> <li>— Различия</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                 | бытовых приборов                                                                            |                                                |
| 27-28 | Составление меню завтрака, обеда, ужина на день. ПР<br>Приготовление винегрета. ПР Приготовление компота и киселя. ПР | 2 | 10.12<br>12.12 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Значение меню</li> <li>— Способы составления</li> <li>— Оформление меню</li> <li>— Обработка овощей,</li> <li>— Заправка винегрета</li> <li>— Способы подачи к столу,</li> <li>— Отличия киселя от компота,</li> <li>— Способы приготовления компота,</li> <li>— Способы приготовления киселя.</li> </ul> | Составление меню на день<br><br>Приготовление винегрета.<br>Приготовление киселя и компота. | Составить меню на день                         |
| 29-30 | Запись рецептов первых и вторых блюд. ПР<br>Сладкие блюда                                                             | 2 | 17.12<br>19.12 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Рецепт»</li> <li>— Запись рецептов.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                   | Работа с кулинарными книгами.                                                               | Оформить рецепты.                              |
| 31-32 | Приготовление изделий из теста. ПР                                                                                    | 2 | 24.12<br>26.12 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Особенности приготовления,</li> <li>— Запись рецепта.</li> <li>— Подготовка овощей.</li> <li>— Последовательность приготовления</li> <li>— Техника безопасности</li> <li>— Используемые специи</li> <li>— Подача к столу.</li> <li>— Употребление в пищу.</li> </ul>                                      | Обработка и нарезка овощей. Приготовление овощного рагу.                                    |                                                |
|       | <b>III четверть – 20 часов.</b>                                                                                       |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                             |                                                |
|       | <b>ЖИЛИЩЕ – 4 часа.</b>                                                                                               |   |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                             |                                                |
| 33    | Регулярная уборка жилого помещения.                                                                                   | 1 | 14.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Назначение уборки</li> <li>— Способы уборки.</li> <li>— Приёмы регулярной уборки</li> </ul>                                                                                                                                                                                                               |                                                                                             | Зарисовка приспособлений для уборки помещения. |
| 34    | Сезонная уборка помещения.                                                                                            | 1 | 16.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Значение уборки</li> <li>— Виды сезонной уборки</li> <li>— Периодичность</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                             |                                                |
| 35    | Уход за полом в зависимости от покрытия.                                                                              | 1 | 21.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Виды покрытия пола.</li> <li>— Уход за лакированным полом</li> <li>— Уход за линолеумом</li> </ul>                                                                                                                                                                                                        |                                                                                             | Подбор и описание средств                      |

|       |                                                                                      |   |                |                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                     |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------|
|       |                                                                                      |   |                | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Уход за коврами.</li> <li>— Средства по уходу за полом.</li> </ul>                                                                                                                               |                        |                     |
| 36    | Санитарная обработка помещения в случае необходимости (больной в доме).              | 1 | 23.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Дезинфекция»</li> <li>— Средства для дезинфекции в домашних условиях</li> <li>— Частота уборки, способы.</li> </ul>                                                                     |                        |                     |
|       | ТРАНСПОРТ – 4 часа.                                                                  |   |                |                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                     |
| 37    | Междугородний железнодорожный транспорт.                                             | 1 | 28.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Междугородний транспорт»</li> <li>— Назначение Ж\Д вокзала, его месторасположение</li> </ul>                                                                                            |                        | Зарисовка поезда.   |
| 38    | Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.                                      | 1 | 30.01          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Справочная служба при вокзале</li> <li>— Телефонная справочная служба</li> <li>— Правила пользования справочной службой</li> <li>— Способы узнавания информации о расписании поездов.</li> </ul> |                        |                     |
| 39    | Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов назначения. | 1 | 04.02          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Разновидности вагонов (пассажирский, грузовой), их назначение</li> <li>— Виды пассажирских вагонов (купе, плацкарт, общий, СВ)</li> <li>— Отличия пассажирских вагонов, обслуживание</li> </ul>  |                        | Подбор иллюстраций. |
| 40    | Камеры хранения багажа.                                                              | 1 | 06.02          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Назначение</li> <li>— Способы оплаты</li> <li>— Разновидности (автоматические, общего пользования)</li> <li>— Сроки хранения багажа, требования</li> </ul>                                       |                        |                     |
|       | ТОРГОВЛЯ – 10 часов.                                                                 |   |                |                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                     |
| 41-42 | Универмаги и универсамы, их назначения и отличия.                                    | 2 | 11.02<br>13.02 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Универмаг»</li> <li>— Понятие «Универсам»</li> <li>— Отличия и особенности</li> <li>— Назначение данных магазинов</li> </ul>                                                            |                        |                     |
| 43-44 | Назначение магазинов и отличие от торговых центров                                   | 2 | 18.02<br>20.02 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятие «Сельмаг»</li> <li>— Понятие «Сельпо»</li> <li>— Отличия, назначения.</li> </ul>                                                                                                         |                        |                     |
| 45-46 | Отделы магазинов. Стоимость некоторых                                                | 2 | 25.02<br>27.02 | — Виды отделов                                                                                                                                                                                                                            | Экскурсия в универсам. | Самостоятельное     |

|       |                                                                                         |   |                |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                      |                                                      |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|       | товаров. Экскурсия в магазин. Нахождение указанного отдела и товара. ПР                 |   |                | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Назначение каждого отдела</li> <li>— Определение стоимости товаров.</li> <li>— Местонахождение и отделы универсама</li> </ul>                                                           |                                                      | посещение универмага и универсама<br>Отчет по плану. |
| 47-48 | Порядок приобретения и выбора товаров. Хранение чека и его копии, правила сдачи товара. | 2 | 03.03<br>07.03 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Рассматривание</li> <li>— Выяснение назначения</li> <li>— Правила приобретения.</li> <li>— Назначение чека.</li> <li>— Правила сдачи товара.</li> <li>— Сроки хранения чека.</li> </ul> |                                                      |                                                      |
| 49    | Отделы распродажи товаров по сниженным ценам, приём товаров у населения.                | 1 | 10.03          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Понятия «Комиссионный магазин»</li> <li>— Назначение.</li> <li>— Правила приёма товара.</li> </ul>                                                                                      |                                                      |                                                      |
| 50    | Обобщение изученного материала по теме «Торговля»                                       | 1 | 12.03          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Виды магазинов</li> <li>— Их назначение</li> <li>— Их отличия</li> <li>— Виды отделов.</li> </ul>                                                                                       |                                                      |                                                      |
|       | <b>СРЕДСТВА СВЯЗИ – 6 часов.</b>                                                        |   |                |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                      |                                                      |
| 51    | Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением), порядок их отправления.    | 1 | 17.03          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Виды бандеролей. Назначение</li> <li>— Товары, отправляемые бандеролью</li> <li>— Порядок отправления бандероли</li> </ul>                                                              |                                                      | Зарисовка бандероли.                                 |
| 52    | Упаковка бандероли, заполнение бланков на отправление. ПР                               | 1 | 19.03          | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Способы упаковки бандероли</li> <li>— Требования к заполнению бланков</li> <li>— Документы, необходимые для отправления и получения бандероли.</li> <li>—</li> </ul>                    | Демонстрация упаковки бандероли. Заполнение бланков. |                                                      |
|       | <b>IV четверть – 16 часов</b>                                                           |   |                |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                      |                                                      |
| 53-54 | Посылки. Виды упаковки и правила отправления. ПР                                        | 2 | 07.03<br>09.04 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Виды посылок</li> <li>— Виды и правила упаковки</li> <li>— Порядок отправления.</li> </ul>                                                                                              | Демонстрация упаковки посылки.                       | Зарисовка посылки и заполнение адреса.               |
| 55-56 | Стоимость отправления Знакомство с работой                                              | 2 | 14.04<br>16.04 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Наблюдение за упаковкой бандеролей и посылок</li> </ul>                                                                                                                                 | Экскурсия на почту.                                  |                                                      |

|       |                                                                               |   |                |                                                                                                                                  |                                                |                          |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------|
|       | почты. ПР                                                                     |   |                | — Уточнение стоимости отправления посылок и бандеролей в зависимости от веса и пункта назначения.                                |                                                |                          |
|       | МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ – 8 часов.                                                 |   |                |                                                                                                                                  |                                                |                          |
| 57    | Виды доврачебной помощи. Измерение температуры. ПР                            | 1 | 21.04          | — Понятие «Доврачебная помощь»<br>— Виды помощи<br>— Способы измерения температуры, правила. (Время)                             | Измерение температуры тела.                    | Зарисовка градусников.   |
| 58    | Обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадина, укус насекомых) ПР | 1 | 23.04          | — Понятие «микротравма»<br>— Разновидности микротравм<br>— Способы оказания первой помощи<br>— Порядок обработки ран.            | Демонстрация обработки раны.                   |                          |
| 59    | Лекарственные растения в домашней аптечке. Правила сбора трав.                | 1 | 28.04          | — Назначение лекарственных растений<br>— Названия лекарственных трав, внешние признаки<br>— Правила сбора трав.                  |                                                | Зарисовки трав.          |
| 60    | Использование лекарственных трав при оказании первой мед. помощи.             | 1 | 30.04          | — Приготовление настоев и отваров из трав<br>— Правила приготовления.                                                            |                                                | Запись отваров, настоев. |
| 61-62 | Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом. Наложение повязки. ПР  | 2 | 05.05<br>07.05 | — Понятие «Травма»<br>— Виды травм<br>— Первая помощь при вывихе<br>— Первая помощь при переломе<br>— Порядок наложения повязки. | Демонстрация наложения повязки на руку и ногу. |                          |
| 63    | Меры по предупреждению переломов.                                             | 1 | 12.05          | — Правила поведения на улицах<br>— Опасные игры, ведущие к травме                                                                |                                                |                          |
| 64    | Экскурсия в амбулаторию ПР                                                    | 1 | 14.05          | — Местонахождение<br>— Назначение<br>— Специалисты<br>— Наблюдение за приёмом пациентов.                                         | Экскурсия в амбулаторию                        | Отчет по плану.          |
|       | УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И                                                     |   |                |                                                                                                                                  |                                                |                          |

|       |                                                                                                  |              |                |                                                                                                                                                                                                                                          |           |  |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|       | ПРЕДПРИЯТИЯ – 4 часа                                                                             |              |                |                                                                                                                                                                                                                                          |           |  |
| 65-66 | Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Значение промышленных предприятий для жителей . | 2            | 19.05<br>21.05 | <ul style="list-style-type: none"> <li>— Виды промышленных предприятий города</li> <li>— Местонахождение предприятий</li> <li>— Названия цехов, отделов.</li> <li>— Значение</li> <li>— Польза</li> <li>— Загрязнение воздуха</li> </ul> |           |  |
| 67-68 | Экскурсия. Итоговый урок                                                                         | 2            | 26.05<br>28.05 | — Знакомство с цехами, работниками.                                                                                                                                                                                                      | Экскурсия |  |
|       | <b>ИТОГО:</b>                                                                                    | <b>68 ч.</b> |                |                                                                                                                                                                                                                                          |           |  |