Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Школа № 152 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Перми

|  |  |
| --- | --- |
| Принято на педагогическом совете МАОУ «Школа № 152 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. ПермиПротокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_20\_\_г | Утверждаюдиректор МАОУ «Школа № 152 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Перми\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Щелконогова Т.В. Приказ №\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г  |

**Рабочая программа по предмету**

**«Социально-бытовая ориентировка»**

**адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью**

**7,8,9 классы**

Программу составила

 учитель трудового обучения

Кириллова О.С.

Пермь

2018

**Пояснительная записка**

  В настоящее время интерес к проблеме обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях дома интерната значительно возрос.
  Главной задачей является развитие их потенциальных познавательных возможностей, коррекция поведения, привитие им трудовых и других значительных навыков, и умений. Ребенку - инвалиду необходимо помочь обрести максимально возможную независимость в рамках удовлетворения основных жизненных потребностей, овладеть необходимыми умениями, позволяющими обслуживать себя и выполнять. Дети с множественными нарушениями психофизического развития наделены особыми способностями, имеют свой собственный темп и ритм развития, а также большое количество ограничений. Многие из них затрудняются свободно передвигаться, самостоятельно удовлетворять личные потребности, приобретать опыт деятельности, подражать социальному поведению, инициировать и поддерживать социальное взаимодействие.
  Весь процесс обучения и воспитания направлен на то, чтобы обеспечить его социальную адаптацию в общество.
 Социальная адаптация представляет  собой механизм социализации, позволяющий  детям с интеллектуальной недостаточностью принимать активное участие  в посильном труде в общественной жизни, приобщаться к социальной и культурной жизни в обществе.
Задачей социального педагога состоит в выявлении альтернативных путей развития деятельности детей-инвалидов.
Таким образом, формирование социально – бытовой компетентности осуществляется в ходе занятий по социально бытовой ориентировке, в процессе которых воспитанники получают знания о разнообразных сферах жизни и деятельности человека, приобретают практические умения, позволяющие им успешно адаптироваться в быту и социальной среде.  Данный процесс осуществляется на протяжении длительного времени, требует особых усилий, терпения и настойчивости со стороны, как самих детей с ограниченными возможностями здоровья, так и педагогов, оказывающих им помощь и поддержку.
**Цель:**

Социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья и интеграция их в общество.
**Задачи:**
- Формирование умений ориентироваться в окружающем социуме на бытовом уровне.
- Формирование знаний, умений и навыков бытового труда.
- Формировать представления о чистоте и порядке в помещении, на территории дома-интерната.
- Формирование представлений и знаний о нормах культуры поведения, накопление соответствующего опыта.
- Формирование социального поведения, умение адекватно общаться, обращаться за помощью, соблюдая принятые правила приличия.
- Отработка навыков самообслуживания и личной гигиены для достижения возможной степени независимости.
- Развитие и коррекция познавательных функций, эмоционально – волевой сферы.
- Воспитание позитивных качеств личности.  - Воспитание уважительного отношения к труду людей.
**Формы работы:**
· Коррекционно – развивающие занятия (*индивидуальные, коллективные, групповые*).
· Экскурсии.
· Практические работы.
· Моделирование реальной ситуации.
· Совместная деятельность (праздники, конкурсы и развлечения).
· Трудовая деятельность.
**Методы работы:**
· Практические  методы *(дидактические игры, упражнения, задания, самостоятельная работа*).
· Наглядные методы (*натуральные предметы: одежда, обувь, посуда; реальные объекты: помещение, учреждение;  муляжи, игрушки, изображения: предметные, сюжетные*).
· Словесные методы (*рассказ, объяснение, беседа*).
Программа составлена с учетом возрастных и психофизиологических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний, умений. Материал расположен по принципу усложнения и увеличения объема информации.
Количество часов в неделю-2
**Практические работы:**
   Выполнение утреннего и вечернего  туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос, заполнение почтового адреса на конверте, сервировка стола к чаю, мелкий ремонт,  чистка и сушка повседневной одежды, обуви

**Учебно-тематический план 5 класс (2 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Годовое количество часов по классам |
| 5 класс |
| 1 | Вводное занятие | 2 |
| 2 | Личная гигиена | 10 |
| 3 | Одежда и обувь | 10 |
| 4 | Питание  | 30 |
| 5 | Культура поведения | 4 |
| 6 | Жилище  | 6 |
| 7 | Транспорт  | 2 |
| 8 | Торговля  | 4 |
| 9 | Семья  | 2 |
| 10 | Итого  | 70 |

**Содержание тем учебного курса**

**Вводное занятие – 2 часа**

Введение. Предмет СБО. Техника безопасности на уроках СБО

**Личная гигиена -10 часов**

Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Предметы и средства личной гигиены (индивидуального пользования): носового платка, зубной щетки, мочалки, расчески, полотенца, нижнего белья, носков. Уход за полостью рта. Уход за ушами. Правила охраны зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач Глаза – главные помощники человека).

Практическая работа: Выполнение утреннего и вечернего туалета:

- чистка зубов, мытье рук, лица, шеи, ушей, расчесывание волос.

- стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем.

**Одежда и обувь-10 часов**

Виды одежды и головных уборов. Значение одежды и обуви для здоровья человека. Их виды и назначение. Правила и приемы ежедневного ухода за обувью; предупреждение загрязнения, сушка, загрязнения, сушка, чистка. Подготовка обуви к хранению. Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Питание -30 часов**

Значение продуктов питания для здорового человека. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Кухонная посуда, приборы, приспособления, назначение. Столовая посуда, приборы – назначение. Место для приготовления пищи и оборудования. Правила и приемы ухода за посудой и помещением для приготовления пищи. Сервировка стола к завтраку. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Чайная посуда и правила заваривания чая.

Практическая работа

-чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов

- нарезка хлеба, сырых и вареных овощей

- соблюдение правил пользования режущими инструментами

- приготовление бутербродов, салата винегрет, чая

- сервировка стола к завтраку

- мытье посуды, уборка помещения

Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Культура поведения – 4 часа**

Поведение за столом. Правила приема пищи. Осанка. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании, приемы обращения с просьбой, вопросом.

**Жилище – 6 часов**

Виды жилых помещений в городе и деревне: жилой дом, интернатские помещения. Виды жилья: собственное, государственное. Виды жилых и подсобных помещений; по конструкции – комнаты отдельные, смежные; по назначению – спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Виды отопления в городе и селе. Почтовый адрес дома, школы. Организация рабочего места школьника.

Практическая работа: заполнение почтового адреса на конверте.

**Семья -2 часа**

Состав семьи. Личные взаимоотношения в семье.

**Транспорт – 2 часа**

Виды транспортных средств. Городской общественный транспорт. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

**Торговля – 4 часов**

Продуктовые магазины и их отделы: хлебный, кондитерский, бакалея, молочные продукты, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария. Специализированные продуктовые магазины: «Булочная», «Булочная – кондитерская», «Овощи и фрукты» и др. виды товаров: фасованные, вразвес и разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности и стоимость товаров. Цены на продукты питания. Контрольная работа.

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

**Личная гигиена**

***Обучающиеся 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;

***Обучающиеся должны*уметь:**

совершать вечерний туалет в определенной последовательности; выбирать прическу и причесывать волосы; стричь ногти на руках, ногах; стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте; беречь зрение;

**Одежда и обувь**

***Обучающиеся должны*знать:**

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

***Обучающиеся 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.

**Питание**

***Обучающиеся должны*знать:**

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

***Обучающиеся должны*уметь:**

прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления;

нарезать хлеб, сырые и вареные ово­щи;

строго соблюдать правила безопас­ности работы режущими инструментами.

**Культура поведения**

***Обучающие должны уметь:***

правила поведения за столом

правила приема пищи

***Обучающие должны знать:***

культурно себя вести за столом

**Жилище**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды жилых помещений в городе и селе и их различие;

почтовый адрес своего дома и шко­лы-интерната;

правила организации рабочего мес­та школьника.

***Обучающиеся должны*уметь:**

писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, теле­грамме, телеграфном переводе; соблюдать порядок на рабочем сто­ле и во всем жилом помещении

**Транспорт**

***Обучающиеся 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.

***Обучающиеся должны*уметь:**

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

соблюдать правила дорожного дви­жения;

**Торговля**

***Обучающиеся 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.

***Обучающиеся должны*уметь:**

выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности;

округленно подсчитать сумму за при­обретенные продукты;

оплатить, проверить чек и сдачу;

культурно вести себя с работниками торговли.

**Семья**

***Обучающиеся должны*знать:**

место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких род­ственников;

как распределены хозяйственно-быто­вые обязанности между членами семьи;

свои права и обязанности в семье.

***Обучающиеся должны уметь:***

 рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, продуктивной деятельности.

выполнять определенные обязанности в семье.

**Учебно-тематический план 6 класс (2 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Годовое количество часов |
| 1 | Вводное занятие | 2 |
| 2 | Личная гигиена | 4 |
| 3 | Одежда  | 8 |
| 4 | Питание  | 28 |
| 5 | Культура поведения | 2 |
| 6 | Жилище  | 10 |
| 7 | Транспорт  | 2 |
| 8 | Торговля  | 2 |
| 9 | Семья | 2 |
| 10 | Средства связи | 2 |
| 11 | Медицинская помощь | 8 |
|  | Итого  | 70 |

**Содержание тем учебного курса**

**Вводное занятие – 2 часа**

Введение. Предмет СБО. Техника безопасности на уроках СБО

**Личная гигиена-4 часа**

Значение закаливания организма для здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и солнечных ванн, водных процедур, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила ухода за кожей рук и ногтями. Уход за кожей ног и ногтями.

Практическая работа: стрижка ногтей и уход за кожей рук.

**Одежда – 8 часов**

Значение опрятного вида для человека. Мелкий ремонт одежды. Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивания распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- пришивание пуговиц

**Питание – 28 часов**

Мебель и оборудование, правила пользования ТБ при работе с плитой. Гигиена приготовления пищи. Правила и способы выбора качественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи на электроплите с минимумом тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- чтение рецептов, подборка продуктов

- приготовление каш (манная, рисовая, гречневая), яичницы, картофельного пюре, макарон с сыром, запеканка с творогом, салата «зимний», «пиццы - бутерброд», отварного картофеля.

**Культура поведения – 2 часа**

Мимика и жесты во время разговора. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя как элемент культуры поведения. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; Принципы обращения с просьбой, вопросом.

**Жилище – 8 часов**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их выполнению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование электропылесоса. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.). ковры и ковровые покрытия, их виды. Пылесос.

Практическая работа:

- уборка помещения, чистка мягкой мебели.

**Транспорт – 2 часа**

Основные транспортные средства. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната; в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты. Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны.

**Торговля – 2 часа**

 Магазины промышленных товаров и их отделы: «Ткани», «Обувь», «Одежда», «Галантерея», «Книги», «Канцелярские принадлежности», «Хозяйственные товары» и др.. Специализированные магазины промышленных товаров и их отделы. «Книги»: словари, учебники, детская художественная литература и др.; «Обувь»: детская, женская, мужская и т. д. Порядок приобретения товара и оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли. Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Семья – 2 часа**

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность и продуктивная

деятельность. Правила поведения в семье и обязанности каждого члена семьи.

**Средства связи – 2 часа**

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их значение. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма). Виды писем (открытое, закрытое, пустое, простое, заказное, ценное, с уведомлением, международное и на территории своего государства).

Практическая работа :

- написание адреса на почтовых конвертах, открытках, телеграммах.

**Медицинская помощь- 8 часа**

 Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека; их значение в оказании медицинской помощи. Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др. Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», Амбулаторный прием, госпитализация. Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

**Личная гигиена**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила закаливания организма;

приемы обтирания и мытья ног;

правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов;

***Обучающиеся должны*уметь:**

закаливать свой организм;

соблюдать правила личной гигиены лома, в школе, во время походов, экскурсий;

 отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества.

 **Одежда и обувь**

***Обучающиеся должны*знать:**

санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагрева­тельными приборами и бытовыми химичес­кими средствами;

правила стирки изделий из хлопчатобу­мажных тканей.

***Обучающиеся должны*уметь:**

пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки;

зашивать одежду по распоровшемуся шву;

подшить платье, брюки, рубашки;

 подбирать моющие средства для стирки.

**Питание**

***Обучающиеся должны*знать:**
- способы выбора доброкачественных продуктов;
- приготовление каши, заварка чая, вар­ка яиц ;
- способы хранения продуктов и готовой пищи;
- правила составления рецепта блюда.

***Обучающиеся должны*уметь:**

пользоваться нагревательными прибо­рами, строго соблюдать правила безопасности;

приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности;

составить рецепт блюда;

 вымыть, вычистить посуду.

**Семья
*Обучающиеся должны*знать:**

место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких род­ственников;

как распределены хозяйственно-быто­вые обязанности между членами семьи;

свои права и обязанности в семье.

***Обучающиеся должны уметь:***

 рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, продуктивной деятельности.

выполнять определенные обязанности в семье.

**Культура поведения**

***Обучающие должны уметь:***

следить за своей осанкой

принимать правильную позу в положении сидя и стоя

самостоятельно составлять правила для выработки правильной осанки

следить за своей походкой, жестикуляцией

соблюдать правила общения, ведения разговора со старшими и сверстниками при расставании

правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, взрослыми в различных ситуациях

***Обучающие должны знать:***

требования к осанке при ходьбе, в положении стоя и сидя

правильное положение тела для сохранения осанки

правила поведения при встрече и расставании с друзьями

способы ведения разговора со старшими и сверстниками при расставании

 формы обращения с просьбой, вопросом.

**Жилище**

***Обучающиеся должны*знать:**
 гигиенические требования к жилому помещению;

 правила и последовательность проведения сухой влажной уборки;

 правила пользования электропылесо­сом;

санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при рабо­те с бытовыми электроприборами.

***Обучающиеся должны*уметь:**

производить сухую и влажную уборку помещения;

чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи;

чистить мебель; соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими сред­ствами.

**Транспорт**

***Обучающиеся должны*знать:**

междугороднего транспорта;

стоимость проезда на всех видах городе кого транспорта (стоимость разового, еди­ного проездного билетов);

порядок приобретения билетов и тало­нов;

компостирование талонов

***Обучающиеся должны*уметь:**

выбирать наиболее рациональные мар­шруты при передвижении по городу;

ориентироваться в расписании движения пригородных поездов;

 определять направление и зоны

**Торговля**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы;

правила поведения в магазине и обще­ния с работниками магазина;

правила покупки товаров;

стоимость наиболее необходимых товаров (одежды, обуви, посуды и других часто используемых товаров).

***Обучающиеся должны*уметь:**

выбрать нужный товар;

выяснить срок гарантии на его исполь­зование;

оплатить, проверить чек и сдачу;

хранить чек в течение срока гарантии на товар;

вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя.

**Средства связи**

***Обучающиеся должны*знать:**

 перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;

максимальный вес почтовых отправлений;

виды, и способы упаковок;

видыпочтовых отправлений.

***Обучающиеся должны*уметь:**

заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки;

составить опись посылаемых пред­метов;

упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке;

 определить стоимость почтовых от­правлений

**Медицинская помощь**

***Обучающиеся должны*знать:**

способы вызова врача на дом;

меры по предупреждению глистных заболеваний;

функции основных врачей-специали­стов;

основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пи­петки, пинцет и др., инструкции к при­менению лекарственных средств, со­ставляющих домашнюю аптечку;

о возможном вреде самолечения.

***Обучающиеся должны*уметь:**

записаться на прием к врачу;

вызвать врача на дом;

в экстренных случаях врачей «скорой помощи»;

 приобрести лекарство в аптеке

**Учебно-тематический план 7 класс (2часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Годовое количество часов |
| 1 | Личная гигиена | 2 |
| 2 | Одежда  | 8 |
| 3 | Питание  | 24 |
| 4 | Культура поведения | 2 |
| 5 | Жилище  | 4 |
| 6 | Транспорт  | 2 |
| 7 | Торговля  | 2 |
| 8 | Семья | 2 |
| 9 | Средства связи | 2 |
| 10 | Медицинская помощь | 6 |
| 11 | Промышленные предприятия | 2 |
| 12 | Бюджет  | 4 |
| 13 | Повторение  | 10 |
|  | Итого | 70 |

**Содержание тем учебного курса**

**Личная гигиена (2 – часа)**

 Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, за волосами. Использование шампуня в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Входной контроль.

**Одежда (8 часов)**

Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплаты, штопка разорванного места. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей. Виды стиральных машин. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Химчистка. Виды услуг, правила пользования химчисткой.

Практическая работа:

- наложение заплаты, штопка разорванного места, ремонт одежды

- стирка мелких изделий из белой х\б ткани

- утюжка прямого белья

**Питание (24 часа)**

Санитарно – гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду. Приготовление закуски. Виды питания. Значение первых, вторых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- чтение рецептов и подбор продуктов

- сервировка стола к обеду

- приготовление щей из свежей капусты, киселя, плова, жареной рыбы, жареного картофеля, приготовление салатов из овощей

- уборка кухни

**Культура поведения (2 часа)**

Правила приема приглашения в гости, формы отказа, правила поведения в гостях. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки.

**Жилище (4 часа)**

Значение жилища для человека. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры или дома к зиме, к лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью, в зависимости от покрытия (лак, мягкая, из кожи, краска), средства для ухода за мебелью.

**Транспорт (2 часа)**

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основы службы. Справочная служба вокзалов.. Виды поездов и типы пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов назначения. Формы приобретения железнодорожных билетов.

**Торговля (2 часа)**

Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии.

**Семья (2 часа)**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми (умывание, одевание, обувание, причесывание); в соблюдении чистоты и порядка в школе, интернате, дома. Паспорт. Получение паспорта.

**Средства связи (2 часа)**

Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок их отправления, упаковка, стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом.

**Медицинская помощь (6 часов)**

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомыми и др.). Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах (вывих, перелом), наложение повязок на Раны, ушибы, микротравмы. Меры по предупреждению переломов.

Практическая работа:

- первая медицинская помощь при травмах, вывих, перелом, наложение повязки на раны.

**Промышленные предприятия (2 часа)**

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия, находящиеся в данной местности, их значение для жителей города и села. Виды выпускаемой продукции.

**Бюджет (4 часа)**

Бюджет семьи. Заработная плата членов семьи (подсчитать деньги членов семьи, доходы каждого члена семьи). Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Повторение (10 часов)**

Повторение по темам: «Бюджет», «Питание», «Жилище», «Семья», «Транспорт». Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

**Личная гигиена**

***Обучающиеся должны*знать:**

 правила личной ги­гиены девушки и юно­ши;

виды косметических салфеток;

правши ухода за ко­жей лица и волосами.

***Обучающиеся должны*уметь:**

 определить тип кожи и волос;

 подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос

правильно ухажи­вать за лицом и воло­сами.

**Одежда и обувь**

***Обучающиеся должны*знать:**

особенности стирки цветного и белого белья;

правила пользования моющими средствами;

устройство стиральной машины и правила пользования ею;

санитарно-гигиеничес­кие требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке в ручную и с помощью стиральной машины, санитар­но-гигиенические требования — последовательность и особенности глажения одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей;

назначение химчистки, виды услуг, способы сдачи вещей в химчистку;

правила пользования прачечной самообслуживания.

***Обучающиеся должны*уметь:**

ремонтировать разорванные места одежды: раз­ными видами штопки, на­кладыванием заплат;

стирать белое белье вручную и с помощью сти­ральной машины;

гладить одежду и белье.

**Питание**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды питания, их особенности;

значение первых, вторых блюд;

правила безопасности при использовании меха­нических и электробыто­вых приборов при приго­товлении пищи.

***Обучающиеся должны*уметь:**

пользоваться механи­ческими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивал­кой (миксером) и др.;

приготовить первое и второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов;

составить меню завтра­ка, обеда, ужина на день.

**Семья**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила ухода за млад­шими детьми;

различные тихие и под­вижные игры, сказки, пе­сенки.

***Обучающиеся должны*уметь:**

ухаживать за младшими детьми;

объяснять им правила игры и играть с ними в ти­хие и подвижные игры;

помогать младшим при уборке игрушек;

рассказывать им сказки;

петь с ними детские песенки.

**Бюджет**

***Обучающиеся должны*знать:**

составные части бюджета семьи и их размер;

основные статьи расходов в семье: размер

правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, акку­ратность в обращении с вещами;

***Обучающиеся должны*уметь:**

подсчитать бюджет семьи;

подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;

планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребнос­ти, крупные покупки;

**Культура поведения**

***Обучающиеся должны*знать:**

* правила поведения: при встрече и расставании пра­вила поведения в гостях правила поведения при вручении и приема подар­ков.

***Обучающиеся должны*уметь:**

культурно вести себя в гостях (оказывать внима­ние сверстникам и стар­шим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.);

выбирать подарки;

изготавливать простые сувениры;

вручать и принимать по­дарки.

**Жилище**

***Обучающиеся должны*знать:**

последовательность про­ведения регулярной и се­зонной уборки жилого по­мещения;

способы и периодич­ность ухода за окнами;

виды моющих средств, используемых при уборке и мыте окон;

способы утепления окон;

правила топки печей и заготовки топлива

правила ухода за мебе­лью в зависимости от её по­крытий.

***Обучающиеся должны*уметь:**

убирать жилые помещения;

мыть зеркала и стекла;

утеплять окна;

ухаживать за полом в за­висимости от покрытия, ис­пользуя бытовые химические средства;

топить печку с учетом ме­стных особенностей.

**Транспорт**

***Обучающиеся должны*знать:**

функции железнодорож­ного транспорта;

тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, ку­пейный, мягкий);

примерную стоимость би­лета в зависимости от типа вагона и дальности расстоя­ния;

виды справочных служб, камер хранения;

сроки и стоимость хране­ния багажа;

о сроках и месте возврата приобретенного билета.

***Обучающиеся должны*уметь:**

ориентироваться в распи­сании;

приобретать билеты ж/д кассе;

обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;

ознакомиться с правила­ми пользования железнодо­рожным транспортом;

выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транс­порте.

**Торговля**

***Обучающиеся должны*знать:**

назначение универмага и универсама;

различия между ними;

за какими товарами луч­ше обратиться в универмаг, чем в универсам;

стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров.

***Обучающиеся должны*уметь:**

найти нужные товары в отделах универмага или универсама;

приобретать товары с уче­том необходимости в по­требности их и финансовым возможностями.

**Средства связи**

***Обучающиеся должны*знать:**

перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;

максимальный вес почтовых отправ­лений;

виды, и способы упаковок;

видыпочтовых отправлений.

***Обучающиеся должны*уметь:**

заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки;

составить опись посылаемых пред­метов;

упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке

определить стоимость почтовых отправлений

**Медицинская помощь**

***Обучающиеся должны*знать:**

меры по предупреждению перело­мов;

виды доврачебной помощи;

правила обработки раны и наложе­ния повязки;

меры предупреждения осложнений после травмы;

правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с по­мощью повязки или временной шины).

***Обучающиеся должны*уметь:**

использовать лекарственные расте­ния при оказании первой помощи;

готовить настои, отвары из лекар­ственных растений;

обрабатывать раны, накладывать повязки.

**Промышленные предприятия**

***Обучающиеся должны*знать:**

местонахождение ближайшего про­мышленного или сельскохозяйственного предприятия;

название цехов, отделов, рабочих специальностей;

виды выпускаемой продукции.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* обращаться с вопросами по теме эк­скурсии к работникам предприятия.

**Учебно-тематический план 8 класс (2 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Годовое количество часов по классам |
| 1 | Вводное занятие | 1 |
| 2 | Личная гигиена | 2 |
| 3 | Одежда  | 4 |
| 4 | Питание  | 21 |
| 5 | Культура поведения | 2 |
| 6 | Жилище  | 4 |
| 7 | Транспорт  | 4 |
| 8 | Торговля  | 2 |
| 9 | Семья | 10 |
| 10 | Средства связи | 4 |
| 11 | Медицинская помощь | 10 |
| 12 | Бюджет  | 6 |
|  | Итого  | 70 |

**Содержание тем учебного курса**

**Вводное занятие – 1 час**

Вводное занятие. Техника безопасности на уроках СБО

**Личная гигиена(2 часа)**

Значение косметики для девушки и юноши. Правила и приемы ухода за кожей лица с исполнением косметических средств: лосьон, крем, пудра и природные средства. Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сохранения здоровья, воспитание воли, целеустремленности, доброты, отзывчивости и других положительных качеств личности.

**Одежда (4 часа)**

Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платков. Прачечная, знакомство с предприятием и его услугами.

Практическая работа:

- глажение фасонного белья (рубашка, блузка)

**Питание (21 час)**

Санитарно- гигиенические требования к приготовлению пищи. Составление меню. Виды теста: дрожжевое, пресное. Приготовление изделия из теста. Заготовка продуктов: варенье, соленье, консервирование, сушка ягод, фруктов, овощей, зелени. Запись рецептов. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов

- заготовка продуктов (замораживание и сушка овощей, консервирование овощей)

- приготовление песочного печенья и выпечка печенья, яблочного пирога, приготовление пресного теста (вареники из творога), приготовление дрожжевого блинного теста (выпечка блинов)

- приготовление супа лапши

**Культура поведения (2 часа)**

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

**Жилище (4 часа)**

Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни и мест общего пользования. ТБ при работе с моющими и чистящими средствами.

Практическая работа:

- мытье стен, чистка раковин, уборка кухни.

**Транспорт (4 часа)**

Междугородный автотранспорт, автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения. Основные службы. Основные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до условного пункта назначения. Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Торговля 2 (часа)**

Специализированные магазины их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

**Семья (10 часов)**

Содержание уроков: Грудной ребенок в семье. Участие в уходе за ним: кормление из соски с ложечки; купание, одевание, пеленание, уборка постели. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Проверочная работа(тест). Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.

**Средства связи (4часа)**

Содержание уроков: Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном – автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб. Получение справок по телефону – служба точного времени, справочная служба. Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора. Тариф на междугородные телефонные разговоры. Контрольная работа.

**Медицинская помощь (10часов)**

Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожение, отравление, солнечный удар). Первая помощь утопающему. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Службы спасения. Глисты. Глистные заболевания.

Практическая работа:

- сюжетная игра – оказание первой помощи при несчастном случае: промывание предполагаемой раны, наложение повязки на руку, ногу, голову, оказание помощи спасенному из водоема.

**Бюджет (6 часов)**

Бюджет семьи: виды источников дохода: зарплата, пенсия, стипендия, государственные дотации (пособия, субсидии др.), условия и порядок их получения; основные статьи расходов: оплата жилья, коммунальных услуг, телефона, газа, электроэнергии и другие виды оплат, связанные с домом, земельным участком, видом отопления и освещения; питание; оплата проезда; виды приобретения (наличными и в кредит), создание уюта: покупка мебели, посуды, бытовых электроприборов, постельного белья и т.п.

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

**Личная гигиена**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила ухода за кожей лица;

приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.

***Обучающиеся должны*уметь:**

 правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног.

использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам

 в меру пользоваться косметикой.

**Одежда и обувь**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила стирки к суш­ки одежды из шерстяных и синтетических тканей;

правила и последовательность глажения изде­лий;

виды предприятий по химической чистке одеж­ды, их назначение;

виды оказываемых ими услуг;

правила подготовки вещей к сдаче в чистку.

***Обучающиеся должны*уметь:**

стирать и сушить изделия из шерстяных и син­тетических тканей;

гладить блузки, рубаш­ки, платья.

**Питание**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды теста;

способы приготовления изделий из теста;

способы заготовки про­дуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.

***Обучающиеся должны*уметь:**

приготовить пресное те­сто и изделия из него - лапшу, печенье;

нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;

заготовит ягоды без тепловой обработки;

записать рецепт соления, варенья, консервиро­вания.

**Семейные отношения**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила ухода за груд­ным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания;

правила и последова­тельность одевания и пе­ленания грудного ребенка;

санитарно-гигиеничес­кие требования к содер­жанию детской постели, посуды, игрушек.

***Обучающиеся должны*уметь:**

купать, одевать, пеле­нать куклу;

кормить куклу из со­ски и с ложечки;

 содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки

**Культура поведения**

***Обучающиеся должны*знать:**

* правила поведения юно­ши и девушки при знаком­стве в общественных мес­тах и дома, требования к внешнему виду молодых людей.

***Обучающиеся должны*уметь:**

культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома;

выбирать косметические средства, украшения, при­ческу, одежду, учитывая свой возраст, индивиду­альные особенности, для турпохода и посещения танцев.

**Жилище**

***Обучающиеся должны*знать:**

правила и периодич­ность уборки кухни, сануз­ла, ванны;

моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;

санитарно-гигиеничес­кие требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.

***Обучающиеся должны*уметь:**

мыть кафельные стены, чистить раковины;

пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым
при уборке кухни сануз­ла, ванны.

**Транспорт**

***Обучающиеся должны*знать:**

основные автобусные маршруты;

основные маршруты водного транспорта;

 правила безопасной по­ездки на речном и морском виде транспорта

***Обучающиеся должны*уметь:**

пользоваться расписа­нием;

определять стоимость проезда;

покупать билет;

обращаться за справкой;

выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобус­ном видах транспорта.

**Средства связи**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды телефонной связи;

правила пользования ими, телефон­ным справочником;

номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа;

периодичность оплаты телефона;

виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефон­ной связью; тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния ;оплата за телефон; порядок заказа междугороднего разго­вора по адресу; правила культурного краткого разго­вора.

***Обучающиеся должны*уметь:**

кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;

узнать время;

получить по телефону справку;

культурно разговаривать по теле­фону.

**Медицинская помощь**

***Обучающиеся должны знать*:**

меры по предупреждению несчастных случаев в быту;

правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояние теплового и солнеч­ного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;

приемы оказания помощи спасенно­му из водоема.

***Обучающиеся должны уметь*:**

оказать первую помощь при ожоге, обморожении;

оказать первую помощь утопающему.

**Бюджет**

***Обучающиеся должны*знать:**

составные части бюджета семьи и их размер;

основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.;

стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);

правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, акку­ратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразова­ния вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);

виды и цели сбережений:

***Обучающиеся должны*уметь:**

подсчитать бюджет семьи;

составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.;

подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;

снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной
электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции;

планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребнос­ти, крупные покупки;

соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в
Сбербанк.

**Учебно-тематический план 9 класс – 2 часа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Годовое количество часов по классам |
| 1 | Личная гигиена | 4 |
| 2 | Одежда и обувь | 2 |
| 3 | Питание  | 22 |
| 4 | Жилище  | 2 |
| 5 | Транспорт  | 2 |
| 6 | Торговля  | 4 |
| 7 | Семья | 2 |
| 8 | Средства связи | 2 |
| 9 | Медицинская помощь | 4 |
| 10 | Бюджет  | 4 |
| 11 | Предприятия бытового обслуживания | 2 |
| 12 | Трудоустройство  | 10 |
| 13 | Повторение  | 8 |
|  | Итого  | 68 |

**Содержание тем учебного курса**

**Личная гигиена (4 часа)**

Вводное занятие. Техника безопасности на уроках СБО

Правила личной гигиены – основа образа жизни. Пагубное влияние курения и алкоголя на здоровье человека. Проверочная работа (тест).

**Одежда и обувь (2 часа)**

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

**Питание (22 часов)**

Санитарно-гигиенические требования. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление блюд национальной кухни. Составление меню и сервировка праздничного стола. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- работа с литературой

-подбор рецептов диетического питания

- составление меню диетического питания на день, неделю, приготовление диетического плова, морковного салата, фруктового салата, вегетарианского борща

- запись рецептов и приготовление блюд для детей ясельного возраста

- составление меню праздничного стола

- приготовление блюд из мяса (пельмени, котлеты)

- консервирование фруктов (варенье из яблок)

- выпечка блинов из дрожжевого теста.

**Жилище (2 часа)**

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

**Транспорт (2 часа)**

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

**Торговля (4 часа)**

Рынок. Продуктовый рынок. Значение ярмарок: межрайонные, сельские. Время и место проведения ярмарок. Комиссионные магазины. Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Семья (2 часа)**

Условия создания семьи, основы семейных отношений. Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Формы организации досуга, отдыха в семье. Семейные ситуации.

**Средства связи (2 часа)**

Посылки. Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов. Виды связи: сотовая, автоответчик, пейджер, компьютерная, факс, АОН (телефон с определением номера) и др. Особенности каждого вида связи и их необходимость в современных условиях жизни общества.

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и лист нетрудоспособности.

**Бюджет (4 часа)**

Бюджет семьи: виды источников дохода: зарплата, пенсия, стипендия, государственные дотации (пособия, субсидии др.), условия и порядок их получения; основные статьи расходов: оплата жилья, коммунальных услуг, телефона, газа, электроэнергии и другие виды оплат, связанные с домом, земельным участком, видом отопления и освещения; виды государственных страхований; питание; оплата проезда; виды приобретения (наличными и в кредит), их значение и необходимость; оздоровление организма членов семьи: содержание домашней аптечки; создание уюта: покупка мебели, посуды, бытовых электроприборов, постельного белья и т.п.; повышение уровня культуры: покупка книг, газет, посещение театра, кинотеатра, музея, выставки, дискотеки; приобретение предметов по интересам: фотоаппарат, магнитофон, пряжа, ткань и т. д. Сбережения. Способы экономии расходов. Назначение сбережений . Виды хранения сбережений. Виды вкладов и сбербанк.
**Предприятия бытового обслуживания (2 часа)**

Предприятия бытового обслуживания: «Прокат», «Ремонт квартир», «Остекление» и др., их назначение.

**Медицинская помощь (4 часа)**

Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению. Листок нетрудоспособности. Уход за больным.

**Трудоустройство (10 часов)**

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. Контрольная работа. Работа над ошибками.

Практическая работа:

- составление деловых бумаг (заявление)

- заполнение анкеты по трудоустройству.

**Повторение пройденного материала (8 часов)**

Повторение пройденного материала по темам: «Трудоустройство», «Питание», «Медицинская помощь». Контрольная работа. Работа над ошибками.

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

**Личная гигиена**

***Обучающиеся должны*знать:**

меры профилактики курения и алкоголизма.

***Обучающиеся должны*уметь:** тренировать свою силу воли в борьбе с алкоголизмом, курением.

**Бюджет**

***Обучающиеся должны знать:***

составные части бюджета семьи и их размер

основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.

стоимость крупных покупок

правила экономии

виды и цели сбережений

***Обучающиеся должны уметь:***

подсчитать бюджет семьи

составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др.

подсчитать расходы на месяц, полмесяца, неделю, день

планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности

соблюдать правила экономии в семье

**Торговля** .

***Обучающиеся должны*знать:**

виды ярмарок;

отличия ярмарки от рынка, магазина;

время и место проведе­ния ярмарок;

цены комиссионных то­варов и их отличие от рыночных и магазинных

***Обучающиеся должны*уметь:** приобретенные уме­ния при покупке товаров в магазинах, на рынке пе­ренести самостоятельно в новые условия — яр­марки.

**Одежда и обувь**

***Обучающиеся должны*знать:**

 размеры одеж­ды и обуви;

 гарантийные сроки носки;

правила возврата; 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.

***Обучающиеся 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 изделия из тюля и трикотажа.

**Питание**

***Обучающиеся должны*знать:**
значение диетичес­кого питания; особенности и важ­ности правильного пи­тания детей ясельного возраста; названия и рецепты 1 — 2 национальных блюд.

***Обучающиеся должны*уметь:**

составить меню дие­тического питания на день;

приготовить 1—2 диетическое блюдо;

составить меню на день для ребенка ясель­ного возраста и приго­товить соответственно его блюда;

приготовить одно на­циональное блюдо, со­ставить меню празд­ничного стола;

выполнить сервировку праздничного стола.

**Семейные отношения**

***Обучающиеся должны*знать:**

основные виды се­мейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье;

семейные традиции;

о морально-этичес­ких нормах взаимоотношений в семье;

 об обязанностях, связан­ных с заботой о детях.

***Обучающиеся должны*уметь:**

анализировать раз­личные семейные ситу­ации и давать им пра­вильную оценку; выполнять мораль­но-этические нормы взаимоотношения в се­мье (отношение 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

**Жилище** .

***Обучающиеся должны*знать:**

правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, осо­бенностей площади, на­ значения комнат, нали­чия мебели);

требования к подбо­ру занавесей, светиль­ников и других деталей интерьера;

правила сохранения жилищного фонда.

***Обучающиеся должны*уметь:**

расставлять мебель в квартире (на макете);

подбирать детали ин­терьера.

**Транспорт**

***Обучающиеся должны*знать:**

основные маршруты самолетов;

службы аэровокзала;

стоимость проезда;

порядок приобретения и возврата билетов;

правила посадки в са­молет;

правила поведения в аэропорту;

правила безопасности во время полета самоле­том, вертолетом.

***Обучающиеся должны*уметь:**

ориентироваться в расписании; определять маршрут и выбирать транспортные средства;

выполнять правила бе­зопасности во время по­лета и правила поведе­ния в аэропорту.

**Средства связи**

***Обучающиеся должны*знать:**

виды денежных переводов, их сто­имость;

виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их зна­чимость, необходимость;

стоимость услуг по каждому виду связи.

***Обучающиеся должны*уметь:**

заполнить почтовый и телеграфный перевод; подсчитать стоимость денежных от­правлений;

оформить квитанции по оплате те­лефонных услуг.

**Медицинская помощь**

***Обучающиеся должны*знать:**

способы распространения инфекци­онных заболеваний, в том числе и ки­шечных;

меры по предупреждению инфекци­онных заболеваний;

правила и приемы ухода за больным; условие освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.

***Обучающиеся должны*уметь:**

строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболе­вания;

строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умы­вать, переодевать, кормить больного (взрослого, ребенка);

ставить горчичники.

**Предприятия бытового обслуживания** .

***Обучающиеся должны*знать:**

местонахождения предприятия бы­тового обслуживания населения;

какие виды услуг оно оказывает;

правила пользования услугами;

стоимость обслуживания;

профессии работников этого пред­приятия.

***Обучающиеся должны*уметь:**

обращаться с вопросами и просьба­ми к работникам предприятий бытово­го обслуживания.

**Трудоустройство**

***Обучающиеся 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.

***Обучающиеся 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.

**Список литературы:**

Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.:В 2 сб/ Под. Ред. В. В. Воронковой. М-:Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2012. – Сб. 2.- 304 с

Программно-методические материалы по курсу «Экономический практикум» в выпускных классах специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. – М. : Изд-во НЦЭНАС, 2003. – 184 с.\

 Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя /С. А. Львова. – М. :Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС,2005. – 136 с.Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/Под.ред. А. М. Щербаковой. – М: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003 -304 с.

 Социально – бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. – М.: издательство НЦЭНАС, 2003. – 192 с.

Социально-бытовая ориентировка учащихся 5 – 9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя/В. В. Воронкова, С. А. Казакова. – М. :Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2010. – 247 с.

 Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида Под. Ред. А. М. Щербаковой М., Владос 2008 – 302 с.

Справочник выпускника / [С. А. Львова]. – М. :Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2009. – 192 с.