****

**Адаптированная рабочая программа**

**по социально-бытовой ориентировке**

**5, 8 классы**

Составитель:

Богданова Галина Михайловна,

учитель технологии

первая квалификационная категория

2019-2020 уч.год

1. **Пояснительная записка.**

 Рабочая программа по географии для учащихся 5-9 классов, обучающихся по адаптированной программе, составлена с учётом психофизических особенностей, обучающихся с интеллектуальной недостаточностью на основании нормативно-правовых документов:

* Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273 –ФЗ.
* Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой. Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001 г. – Сб. 1; и допущена Министерством образования Российской Федерации;
* Письма МО и науки РФ «О специфике деятельности специальных (коррекционных) учреждений I-VIII видов»;
* Уставом МАОУ «Кутарбитская СОШ».

При составлении программы учитывались возрастные и психофизиологические особенности учащихся, содержание программы отвечает принципам психолого-педагогического процесса и коррекционной направленности обучения и воспитания.

Уровень программы – коррекционно-развивающий.

 Программа адаптирована для обучающихся YIII вида, т.к. особенности психического развития детей данной категории, прежде всего недостаточная сформированность мыслительных операций, обуславливают дополнительные коррекционные задачи, направленные на развитие мыслительной и речевой деятельности, на повышение познавательной активности детей, на создание условий осмысления выполняемой учебной работы.

**Общие цели образования по предмету**

Целью данной программы является развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.

**Задачи курса**:

• формирование у воспитанников знаний и умений, способствующих социальной адаптации;

• формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации;

• развитие коммуникативной функции речи как непременное условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью;

• освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;

• развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;

• повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.

• Воспитание позитивных качеств личности.

**Общая характеристика учебного предмета**

 Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях СБО используются все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Для занятий по СБО требуется разнообразный дидактический раздаточный материал. Останавливаясь на каждом разделе программы отдельно, можно использовать следующий минимальный перечень оборудования и методических пособий.

**Место учебного предмета в учебном плане**

 В учебном плане школы на изучение курса отводится следующее количество часов на год:

5 класс – 34 часа (1 раз в неделю),

8 класс – 68 часов (2 раза в неделю),

1. **Основное содержание обучения**

**5 класс.**

Введение (1 час).

Что такое СБО, роль предмета, разделы предмета, изучаемые вопросы.

Здоровье человека и безопасность жизни (4 часа).

Что изучает личная гигиена? Чистота и здоровье. Соблюдение правил гигиены в течение дня. Предметы и средства личной гигиены (вещи общие и личные). Уход за волосами. Расчесывание волос. Органы чувств человека. Значение зрения. Строение глаза. Причины ухудшения зрения. Правила ухода за глазами. Влияние курения и алкоголя на здоровье человека. Практические работы: «Расчесывание волос», «Утренний туалет».

Технологии ведения дома (4 часа).

Виды одежды, обуви, головных уборов, их значение. Повседневный уход за одеждой, головными уборами, обувью, сделанной из различных материалов. Современные средства ухода за обувью. Практическая работа «Чистка школьной формы, обуви».

Жилище (3 часа).

Виды жилья в городе и селе. Варианты квартир и подсобных помещений. Почтовый адрес дома и школы. Организация рабочего места школьника. Практические работы: «Организация рабочего места школьника», «Написание почтового адреса на конверте».

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (4 часа).

Виды транспортных средств в городе. Маршрут проезда в школу. Оплата проезда в транспорте. Значение проездных билетов. Поведение в общественном транспорте и на улице. Безопасность на дорогах. Правила и знаки дорожного движения. Практические работы: «Составление маршрута от дома до школы», «Изготовление знаков дорожного движения». Экскурсии: «Коллективная поездка в автобусе».

Торговля (5 часов).

Виды торговых предприятий, их значение, место нахождения в городе. Продовольственный магазин, его отделы, виды товаров, их стоимость. Виды товаров (фасованные, в развес), хранение товаров. Порядок приобретения товаров (самообслуживание, с помощью продавца). Срок годности продуктов. Приобретение продуктов, проверка чека и сдачи. Практические работы: «Определение срока годности продуктов». Экскурсия в продовольственный магазин.

Кулинария (10 часов).

Значение питания в жизни людей. Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов. Место приготовления пищи и его оборудование. ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими приборами, электрооборудованием. Рецепт приготовления блюда, подбор продуктов. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Правила и приемы ухода за посудой. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды, их виды, приготовление. Салаты, значение, приготовление. Виды сервировки стола. Правила поведения за столом. Практические работы: «Чтение рецепта блюда и подбор продуктов», «Мытье посуды», «Нарезка хлеба», «Приготовление бутербродов», «Нарезка сырых и вареных овощей», «Приготовление винегрета», «Сервировка стола к завтраку», «Ситуативные диалоги за столом».

Культура поведения (1 час).

Что такое культура поведения? Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече, расставании, приемы обращения с просьбой, вопросом. Практические работы: «Ситуативные диалоги при встрече, расставании».

Семья (2 часа).

Семья, родственные отношения. Взаимопомощь и взаимоотношения в семье. Состав семьи каждого обучающегося. Практические работы: «Составление родового дерева».

**8 класс.**

Человек и его здоровье (4 часа).

Значение косметики для юношей и девушек. Из истории косметики. Покровы тела. Уход за кожей. Правила и приемы ухода за кожей лица. Подбор средств ухода. Использование масок для лица из фруктов и овощей. Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Влияние физических упражнений. Факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. Практические работы: «Упражнения в протирании кожи лица лосьоном».

Технологии ведения дома (14 часов).

Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики. Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Проблемы безопасного использования веществ в повседневной жизни. Стирка шерстяных и синтетических изделий. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платков. Химчистка, правила пользования, месторасположение в городе. Уборка кухни, санузла. Разнообразие моющих и чистящих средств. Уборка ванной. Мытье кафельных стен, чистка раковины. Бюджет семьи. Знакомство с понятием. Виды источников дохода, условия и порядок их получения. Определение суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. Основные статьи расходов семьи. Анализ бюджета семьи. Рациональное планирование расходов на основе актуальных потребностей семьи. Виды приобретений (за наличные, в кредит), необходимость. Упражнения в снятии показаний электросчетчика. Расчет стоимости электроэнергии. Расчет бюджета на месяц. Планирование крупных покупок. Составление доверенности на получение зарплаты, стипендии. Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов. Рынки. Виды рынков. Различие рынка и магазина. Практические работы: «Стирка изделий», «Чистка раковины», «Определение суммы доходов за месяц, год», «Планирование расходов семьи на месяц», «Заполнение квитанций за свет», «Расчет бюджета на месяц», «Написание доверенности». Экскурсия на рынок. Экскурсия в Сбербанк.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (5 часов).

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение. Расписание, приобретение билетов. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Водный транспорт, значение. Порт, основные службы. Приобретение билетов, стоимость проезда. Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему. Практические работы: «Выбор пункта назначения. Определение времени отправления». Экскурсия на автовокзал.

Кулинария (11 часов).

Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими инструментами, электрооборудованием. Безопасные приемы работы. Оказание первой помощи при ожогах. Изделия из теста. Виды теста. Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Консервирование овощей и фруктов (запись рецептов). Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов. Приготовление овощного салата. Практические работы: «Приготовление блинов», «Приготовление оладий», «Салат из овощей».

Культура поведения (5 часов).

Внешний вид молодых людей, его значение. Культура общения юноши и девушки. Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». Забота о репродуктивном здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем, их профилактика. ВИЧ-инфекция и ее профилактика.

Семья (5 часов).

Грудной ребенок в семье, уход за ним. Одежда для одевания и пеленания малыша. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. Практические работы: «Мытье детской посуды, игрушек», «Пеленание куклы».

Оказание первой медицинской помощи (7 часов).

Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика. Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом. Приемы оказания первой помощи при ожогах, их профилактика. Приемы оказания первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика. Приемы оказания первой помощи при спасении утопающего. Оказание первой помощи при несчастных случаях (промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову). Практические работы: «Наложение повязок».

Средства связи (6 часов).

Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов различных служб по телефону. Междугородняя телефонная связь. Роуминг.

**3.Требования к уровню подготовки учащихся по предмету**

**В 5 классе:**

***1. Обучающиеся должны знать*:**

* Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.
* Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.
* Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).
* Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.
* Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.
* Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.
* Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.
* Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

***2. Обучающиеся должны уметь:***

* Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами
* Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
* Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
* Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.
* Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,
* Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
* Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
* Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
* Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

**В 8 классе:**

***1. Обучающиеся должны знать*:**

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

***2. Обучающиеся должны уметь:***

* Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
* Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
* Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
* Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
* Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
* Мыть кафельные стены, чистить раковины.
* Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
* Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.
* Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
* Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
* Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

**4.Тематическое распределение количества часов**

 **5 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела | Всего часов |
| 1 | Введение.  | 1 |
| 2 | Человек и его здоровье. | 4 |
| 3 | Технологии ведения дома. | 4 |
| 4 | Жилище | 3 |
| 5 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 4 |
| 6 | Торговля | 5 |
| 7 | Кулинария | 10 |
| 8 | Культура поведения | 1 |
| 9 | Семья | 2 |
| 10 | Повторение. | 4 |
| **ИТОГО:** | 34 |

 **8 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  | Наименование раздела | Всего часов |
| 1 | Человек и его здоровье. | 4 |
| 2 | Оказание первой медицинской помощи. | 7 |
| 3 | Технологии ведения дома. | 21 |
| 4 | Кулинария. | 11 |
| 5 | Семья. | 5 |
| 6 | Культура поведения. | 5 |
| 7 | Средства связи. | 6 |
| 8 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. | 9 |
| **ИТОГО:** | **68** |

1. **Список рекомендуемой учебно-методической литературы**
2. Воронкова В.В. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5 – 9 кл.: В 2 сб./– М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – Сб. 1. – 232 с.
3. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. 5 – 9 классы: пособие для учителя – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.
4. Таблицы по технике безопасности при работе электрическим утюгом, швейными инструментами, по правильной организации рабочего места.

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ темы, раздела** | **Наименование раздела, темы уроков** | **Всего часов** | **Практические работы** | **Дата проведения** |
|  | **Введение.** Роль предмета СБО, разделы предмета, изучаемые вопросы. | 1 |  |  |
| **1** | **Здоровье человека и безопасность жизни.**  | 4 часов |  |  |
| 2 | Правила личной гигиены (чистота и здоровье). | 1 | «Утренний туалет» |  |
| 3 | Уход за волосами. | **1** | «Расчесывание волос» |  |
| 4 | Гигиена зрения. Органы чувств, их роль в жизни человека. Нарушения зрения, его профилактика. | **1** |  |  |
| 5 | Взаимосвязь здоровья и образа жизни. Профилактика вредных привычек (курение и алкоголь).  | **1** |  |  |
| **2** | **Технологии ведения дома.** | 4 часов |  |  |
| 6 | Виды одежды, обуви, головных уборов, их значение. | **1** |  |  |
| 7 | Повседневный уход за одеждой и головными уборами. | **1** |  |  |
| 8 | Правила и приемы ухода за обувью. Выбор и использование современных средств ухода за обувью. | **1** | «Чистка школьной формы, обуви» |  |
| 9 | Контрольная работа по темам «Технологии ведения дома» и «Здоровье человека и безопасность жизни». | **1** |  |  |
| **3** | **Жилище.** | 3 часов |  |  |
| 10 |  Работа над ошибками.Виды жилых помещений в городе. Виды жилья. Варианты квартир и подсобных помещений. | **1** |  |  |
| 11 | Организация рабочего места школьника. | **1** | «Организация рабочего места школьника» |  |
| 12 | Почтовый адрес школы, дома. | **1** | «Написание почтового адреса на конверте» |  |
|  **4** | **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.** | 4 часов |  |  |
| 13 | Виды транспортных средств. | **1** |  |  |
| 14 | Проезд в школу. Оплата проезда в транспорте. | **1** | «Составление маршрута от дома до школы» |  |
| 15 | Поведение пассажиров в общественном транспорте и на улице. | **1** | Экскурсия «Коллективная поездка в автобусе» |  |
| 16 | Опасные ситуации на дороге. Правила дорожного движения, знаки дорожного движения. | **1** | «Изготовление знаков дорожного движения» |  |
|  **5** | **Торговля.** | 5 часов |  |  |
| 17 | Виды торговых предприятий, их значение. | **1** |  |  |
| 18 | Продовольственный магазин, отделы, виды товаров, их стоимость. | **1** |  |  |
| 19 | Экскурсия в продовольственный магазин. | **1** | Экскурсия в продовольственный магазин |  |
| 20 | Виды товаров (фасованные, в развес), хранение товаров. Порядок приобретения товаров. | **1** |  |  |
| 21 | Срок годности продуктов. | **1** | «Определение срока годности продуктов» |  |
|  **6** | **Кулинария.** | 10 часов |  |  |
| 22 | Значение питания в жизни людей. Пищевые продукты как источник белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов. | **1** |  |  |
| 23 | Место приготовления пищи и его оборудование. ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими приборами, электрооборудованием. | **1** |  |  |
| 24 | Рецепт приготовления блюда, подбор продуктов. | **1** | «Чтение рецепта блюда и подбор продуктов» |  |
| 25 | Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Правила и приемы ухода за посудой. | **1** | «Мытье посуды» |  |
| 26 | Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. | **1** | «Нарезка хлеба» |  |
| 27 | Бутерброды, их виды, приготовление. | **1** | «Приготовление бутербродов» |  |
| 28 | Салаты, значение, приготовление. | **1** | «Нарезка сырых и вареных овощей» |  |
| 29 | Приготовление винегрета. | **1** | «Приготовление винегрета» |  |
| 30 | Виды сервировки стола. | **1** | «Сервировка стола к завтраку» |  |
| 31 | Правила поведения за столом. | **1** | «Ситуативные диалоги за столом» |  |
| **7** | **Культура поведения.** | 1 часов |  |  |
| 32 | Что такое культура поведения? Формы обращения к старшим, к сверстникам, при встрече, расставании, приемы обращения с просьбой, вопросом. Повторение «Здоровье человека и безопасность жизни». | **1** | «Ситуативные диалоги при встрече, расставании» |  |
| **8** | **Семья.** | 2 часов |  |  |
| 33 | Семья, родственные отношения. Повторение **«**Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**».** | 1 | «Составление родового дерева» |  |
| 34 | Взаимоотношения и взаимопомощь в семье. Повторение «Торговля». Контрольная работа по темам «Кулинария», «Культура поведения», «Семья». | 1 | К/р |  |

**8 класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ темы, раздела** | **Наименование раздела, темы уроков** | **Всего часов** | **Практические работы, экскурсии** | **Дата проведения** |
|  **1** | **Человек и его здоровье.** | 4 часа |  |  |
| 1 | Значение косметики для юношей и девушек. | 1 |  |  |
| 2 | Покровы тела. Уход за кожей. Правила и приемы ухода за кожей лица. Подбор средств ухода. | 1 | «Упражнения в протирании кожи лица лосьоном» |  |
| 3 | Использование масок для лица из фруктов и овощей. | 1 |  |  |
| 4 | Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Влияние физических упражнений. Факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. | 1 |  |  |
| **2** | **Оказание первой медицинской помощи.** | 7 часов |  |  |
| 5 | Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика. | 1 |  |  |
| 6 | Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. | 1 |  |  |
| 7 | Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом. | 1 |  |  |
| 8 | Приемы оказания первой помощи при ожогах, их профилактика. | 1 |  |  |
| 9 | Приемы оказания первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика. | 1 |  |  |
| 10 | Приемы оказания первой помощи при спасении утопающего. | 1 |  |  |
| 11 | Оказание первой помощи при несчастных случаях (промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову). | 1 | «Наложение повязок» |  |
| **3** | **Технологии ведения дома.** | 21 час |  |  |
| 12 | Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики. | 1 |  |  |
| 13 | Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Проблемы безопасного использования веществ в повседневной жизни. Стирка шерстяных и синтетических изделий. | 1 |  |  |
| 14 | Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платков. | 1 |  |  |
| 15 | Химчистка, правила пользования. | 1 |  |  |
| 16 | Уборка кухни, санузла. Разнообразие моющих и чистящих средств. | 1 |  |  |
| 17 | Уборка ванной. Мытье кафельных стен, чистка раковины. | 1 | «Чистка раковины» |  |
| 18 | Обобщающий урок по темам «Человек и его здоровье», «Оказание первой медицинской помощи». Контрольная работа по изученным темам. | 1 |  |  |
| 19 | Бюджет семьи. Знакомство с понятием. Виды источников дохода, условия и порядок их получения. | 1 |  |  |
| 20 | Определение суммы доходов семьи за месяц, полгода, год. | 1 | «Определение суммы доходов за месяц, год» |  |
| 21 | Основные статьи расходов семьи. Анализ бюджета семьи. | 1 |  |  |
| 22 |  Рациональное планирование расходов на основе актуальных потребностей семьи. Виды приобретений (за наличные, в кредит), необходимость. | 1 |  |  |
| 23 | Упражнения в снятии показаний электросчетчика. Расчет стоимости электроэнергии. | 1 | «Заполнение квитанций за свет» |  |
| 24 | Расчет бюджета на месяц. Планирование крупных покупок. | 1 | «расчет бюджета на месяц» |  |
| 25 | Составление доверенности на получение зарплаты, стипендии. | 1 | «Написание доверенности» |  |
| 26 | Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов. | 1 |  |  |
| 27 | Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке. | 1 |  |  |
| 28 | Экскурсия в Сбербанк. | 1 | Экскурсия |  |
| 29 | Рынки. Виды рынков. | 1 |  |  |
| 30 | Различие рынка и магазина. | 1 |  |  |
| 31 | Экскурсия на рынок. Сравнение цен с магазином. | 1 |  |  |
| 32 | Обобщающий урок по теме «Технологии ведения дома». Контрольная работа по теме «Технологии ведения дома». | 1 |  |  |
| **4** | **Кулинария.** | 11 |  |  |
| 33 | Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. | 1 |  |  |
| 34 | Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, режущими инструментами, электрооборудованием. Безопасные приемы работы. Оказание первой помощи при ожогах. | 1 |  |  |
| 35 | Изделия из теста. Виды теста. | 1 |  |  |
| 36 | Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. | 1 |  |  |
| 37 | Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. | 1 |  |  |
| 38 | Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. | 1 |  |  |
| 39 | Консервирование овощей (запись рецептов). | 1 |  |  |
| 40 | Консервирование фруктов (запись рецептов). | 1 |  |  |
| 41 | Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов. | 1 |  |  |
| 42 | Приготовление овощного салата. | 1 |  |  |
| 43 | Обобщающий урок по теме «Кулинария». | 1 |  |  |
|  **5** | **Семья.** | 5 |  |  |
| 44 | Грудной ребенок в семье, уход за ним. | 1 |  |  |
| 45 | Одежда для одевания и пеленания малыша. | 1 |  |  |
| 46 | Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. | 1 |  |  |
| 47 | Мытье детской посуды, игрушек. | 1 |  |  |
| 48 | Обобщающий урок по теме «Семья». | 1 |  |  |
|  **6** | **Культура поведения.** | 5 |  |  |
| 49 | Внешний вид молодых людей, его значение. | 1 |  |  |
| 50 | Культура общения юноши и девушки. | 1 |  |  |
| 51 | Сюжетно-ролевая игра «Встреча молодых людей». | 1 |  |  |
| 52 | Забота о репродуктивном здоровье. Инфекции, передающиеся половым путем, их профилактика. | 1 |  |  |
| 53 | ВИЧ-инфекция и ее профилактика. | 1 |  |  |
| **7** | **Средства связи.** | 6 |  |  |
| 54 | Телефон. Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном. | 1 |  |  |
| 55 | Правила пользования телефонным справочником. | 1 |  |  |
| 56 | Культура разговора по телефону. | 1 |  |  |
| 57 | Вызов различных служб по телефону. | 1 |  |  |
| 58 | Междугородняя телефонная связь. Роуминг. | 1 |  |  |
| 59 | Обобщающий урок по темам «Средства связи» и «Культура поведения». | 1 |  |  |
| **8** | **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.** | 9 |  |  |
| 60 | Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение.  | 1 |  |  |
| 61 | Расписание, приобретение билетов. | 1 |  |  |
| 62 | Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте. | 1 |  |  |
| 63 | Экскурсия на автовокзал. | 1 |  |  |
| 64 | Водный транспорт, значение. Порт, основные службы. | 1 |  |  |
| 65 | Приобретение билетов, стоимость проезда. | 1 |  |  |
| 66 | Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему. | 1 |  |  |
| 67 | Контрольная работа по темам «Кулинария», «Семья», «Культура поведения». | 1 |  |  |
| 68 | Обобщающий урок по теме «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни». | 1 |  |  |