

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа с. Большое
Чернянского района Белгородской области»

Приложение №

**Адаптированная рабочая программа
учебного предмета
«Основы социальной жизни»
5-9 КЛАССЫ**

Планируемые результаты обучения

Планируемые результаты освоения программы за 5 класс.

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды; не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.
- ✓ Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность 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.

Планируемые результаты освоения программы за 6 класс.

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

- ✓ Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.
- ✓ Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.
- ✓ Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно - бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.
- ✓ Правила поведения в культурно-досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
- ✓ Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.
- ✓ Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.
- ✓ Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- ✓ Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.
- ✓ Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.
- ✓ Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- ✓ Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.
- ✓ Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.
- ✓ Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.
- ✓ Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.
- ✓ Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.
- ✓ Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.
- ✓ Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.
- ✓ Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
- ✓ Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.
- ✓ Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

Планируемые результаты освоения программы за 7 класс.

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.

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.

Планируемые результаты освоения программы за 8 класс.

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 химические 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.

Планируемые результаты освоения программы за 9 класс.

1. Обучающиеся должны знать:

- ✓ Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.

- ✓ Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1 -2 национальных блюд.
- ✓ Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
- ✓ Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- ✓ Правила поведения в обществе - правила приёма гостей.
- ✓ Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- ✓ Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- ✓ Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- ✓ Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- ✓ Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- ✓ Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- ✓ Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

2. Обучающиеся должны уметь:

- ✓ Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- ✓ Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- ✓ Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- ✓ Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- ✓ Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- ✓ Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- ✓ Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- ✓ Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- ✓ Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- ✓ Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

В итоге освоения программы СБО обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ✓ рациональной организации труда и отдыха;
- ✓ безопасного обращения с веществами и материалами;
- ✓ ремонта изделий из различных материалов; создания изделий или получения продукта с использованием ручных инструментов, машин, оборудования и приспособлений;

- ✓ приготовления и повышения качества, сокращения временных и энергетических затрат при обработке пищевых продуктов; консервирования и заготовки пищевых
- ✓ продуктов в домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, включая блюда национальной кухни; выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий; сервировки стола и оформления приготовленных блюд;
- ✓ выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;
- ✓ построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;
- ✓ обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- ✓ соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- ✓ пользования бытовыми приборами и инструментами;
- ✓ обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Требование к знаниям и умениям учащихся.

5 КЛАСС

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;
- о вреде курения, алкоголя;

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;
- корректно отказаться от предлагаемых первых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли.

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.

Семья.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя;
- следить за своей походкой, жестикуляцией;
- правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчика и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;
- вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстниками и взрослым.

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

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.

6 КЛАСС

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- правила закаливания организма;
- приемы обтирания и мытья ног;
- правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов;
- о вреде наркотиков и токсических веществ .

Обучающиеся должны уметь:

- закаливать свой организм;
- соблюдать правила личной гигиены дома, 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, вещалки;
 - 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.

Обучающиеся должны знать:

- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях;
- способы ведения разговора со старшими, сверстниками.

Обучающиеся должны уметь:

- культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками.

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:

- междугородного транспорта;
- стоимость проезда на всех видах городского 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;
- виды почтовых 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.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся должны знать:

- виды детских учреждений и назначение;
- адрес дома детского творчества; какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети.

Обучающиеся должны уметь:

- обращаться к работникам ДДТ;
- правильно вести себя на занятиях, в игротеке, в читальном зале;
- соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах.

7 КЛАСС

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 и 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 прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную;
— 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.

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 мытье окон;
- способы утепления окон;
- правила топki 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;
- виды почтовых 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.

Учреждения, организации, 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.

8 КЛАСС

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 и 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.

Семья.

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;

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- рынок, его виды;
- основные отличия его от магазина;
- правила поведения на рынке;
- права покупателя на рынке;
- цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары

Обучающиеся должны уметь:

- выбрать месторасположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.),
- количества, цены.

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 состояния 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.

Учреждения, организации, предприятия.

Обучающиеся должны знать:

- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;
- адрес местной префектуры;
- отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи.

Обучающиеся должны уметь:

обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.

Экономика домашнего хозяйства.

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.

9КЛАСС

Личная гигиена.

Обучающиеся должны знать:

- меры профилактики курения и алкоголизма.

Обучающиеся должны уметь:

- тренировать свою силу воли в борьбе с алкоголизмом, курением.

Одежда и обувь.

Обучающиеся должны знать:

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

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 диетических блюда;
- 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.

Семья.

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.

Культура поведения.

Обучающиеся должны знать:

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

Обучающиеся должны уметь:

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

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.

Торговля.

Обучающиеся должны знать:

- виды ярмарок;
- отличия ярмарки от рынка, магазина;
- время и место проведения ярмарок;

— цены ярмарочных 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.

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.

Учреждения, организации, предприятия.

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

Содержание предмета

Основное содержание предмета, практические работы по СБО 5 класс 34ч

Разделы	Краткое содержание
«Введение»	<p>Беседа о цели, содержании и значении предмета СБО. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях</p>
«Личная гигиена»	<p>Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически</p> <p>Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор.</p> <p>Практические работы</p> <p>Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов,</p> <p>Выполнение вечернего туалета, Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причесывание волос Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы Чистка ушей</p>
«Одежда и обувь»	<p>Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.) Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви.</p> <p>Практические работы</p> <p>Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.</p>
«Питание»	<p>Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.</p> <p>Практические работы</p> <p>Приготовление бутербродов, салата, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды</p>
«Культура поведения»	<p>Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и</p>

	сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы. Практическая работа Заполнение почтового адреса на открытках.
«Транспорт»	Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. Экскурсии
«Торговля»	Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. Экскурсия в продовольственный магазин

Основное содержание предмета, практические работы по СБО

6 класс 34ч

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Закаливания организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Практическая работа
«Одежда и обувь»	Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва). Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б тканей. Глажение фартуков, косынок, салфеток. Практическая работа Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва.
«Питание»	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину Практические работы Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде, и молоке. Пюре. Запеканок (из творога, и других продуктов). Оформление готовых блюд

«Семья»	Состав семьи учащихся: имя, отчества, возраст, место работы членов семьи, личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.
«Культура поведения»	Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.
«Жилище»	<p>Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.</p> <p>Практические работы Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов. Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.</p>
«Транспорт»	<p>Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.</p> <p>Экскурсия на автостанцию.</p>
«Торговля»	<p>Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.</p> <p>Экскурсия в специализированный продовольственный магазин.</p>
«Средства связи»	<p>Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные), порядок отправления писем. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков составление текста телеграмм.</p> <p>Практическая работа Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.</p> <p>Экскурсия на почту, телеграф.</p>
«Медицинская помощь»	<p>Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптек). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов мед. помощи</p> <p>Экскурсия в аптеку.</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Дошкольные учреждения и их назначения.</p> <p>Экскурсия в школу искусств.</p>

Основное содержание предмета, практические работы по СБО
7 класс 68ч

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
«Одежда и обувь»	<p>Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.</p> <p>Практические работы Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.</p>
«Питание»	<p>Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.</p> <p>Практическая работа Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.</p>
«Семья»	<p>Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми</p> <p>Практическая работа Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.</p>
«Культура поведения»	<p>Поведение в гостях. Подарки.</p> <p>Практическая работа Изготовление несложных сувениров.</p>
«Жилище»	<p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью, в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак). Животные дома (кошка, собака, попугай).</p> <p>Практическая работа Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал, утепление окон.</p>
«Транспорт»	<p>Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа.</p> <p>Экскурсия на автостанцию.</p>
«Торговля»	<p>Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.</p> <p>Экскурсия в промтоварный магазин.</p>
«Средства связи»	<p>Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков.</p> <p>Практические работы</p>

	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Экскурсия на почту.
«Медицинская помощь»	Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах. Практические работы Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного чая.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты местности,

Основное содержание предмета, практические работы по СБО

8 класс 68ч

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) Практическая работа Упражнение в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема.
«Питание»	Приготовления изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. Практические работы Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнение в составлении меню.
«Одежда и обувь»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживание. Практическая работа Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья. Экскурсия в прачечную
«Семья»	Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложечки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек) Практическая работа Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы
«Экономика домашнего хозяйства»	Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.) Практические работы Упражнение в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах) снятие показателей счетчика, расчет

	<p>стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах) в оказании материальной помощи родственникам.</p> <p>Экскурсия в ЖКХ</p>
«Культура поведения»	<p>Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.</p>
«Жилище»	<p>Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.</p> <p>Практическая работа Мытье кафельных стен, чистка раковин.</p>
«Транспорт»	<p>Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>Экскурсия на автобусную станцию.</p>
«Торговля»	<p>Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.</p> <p>Практические работы Упражнения в подсчете стоимости покупок.</p> <p>Экскурсия в один из специализированных магазинов</p>
«Средства связи»	<p>Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.</p> <p>Экскурсия на переговорный пункт</p>
«Медицинская помощь»	<p>Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.</p> <p>Практические работы Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении.</p> <p>Экскурсия в поликлинику.</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.</p> <p>Экскурсия в одну из организаций по теме.</p>

Основное содержание предмета, практические работы по СБО
9 класс 68ч

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Здоровый образ жизни - один из условий успеха в жизни человека. (Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений : в здоровом теле - здоровый дух.)
«Одежда и обувь»	Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке. Выведение мелких пятен на одежды в домашних условиях (средства правила выведения) техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Практическая работа Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.
«Жилище»	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда. Практическая работа Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.
«Питание»	Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Практическая работа Приготовление национальных блюд. Составление меню праздничного стола. Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.
«Семья»	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье. Практическая работа Упражнение в анализе различных семейных ситуаций
«Культура поведения»	Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей Практическая работа Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. Упражнения в умении планировать свои действия во время приема гостей.
«Транспорт»	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Практическая работа Упражнения в умении ориентироваться в расписании
«Торговля»	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями. Значение ярмарок. Торговля уцененными товарами скупка вещей у населения. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок. Практическая работа Экскурсия на рынок Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей. Упражнения в

	вежливом обращении к продавцу и подсчете стоимости покупки.
«Средства связи»	<p>Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни</p> <p>Практическая работа Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг.</p>
«Медицинская помощь»	<p>Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.</p> <p>Практическая работа Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам Упражнение в умении измерять температуру, ставить горчичники</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Предприятия бытового обслуживания, их назначение. Экскурсия на предприятия бытового обслуживания. Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания</p>
Экономика домашнего хозяйства	<p>Бюджет. Текущие расходы</p> <p>Практическая работа Экскурсия в сберкассах Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства</p>
«Трудоустройство»	<p>Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.</p> <p>Практическая работа Экскурсия в отдел занятости населения Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии. Упражнение в умении обращаться в службу занятости, отделы кадров для устройства на работу. Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладные записки.</p>

Тематическое планирование

Тематическое планирование 7 класс

№	Наименование темы, раздела	Кол-во часов	Характеристика основной деятельности учащихся
1	«личная гигиена»	3	Учащиеся должны иметь представление о
	.Личная гигиена подростка. Индивидуальные	2	

	предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.		- значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка;
2	Гигиена одежды, нательного и постельного белья. ВК Контрольная работа №1 по теме «Повторение»	1	- назначении индивидуальных предметов личной гигиены; -необходимости гигиены одежды; УДЗ: -правила соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши); -правила смены одежды и нательного и постельного белья; -санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.
3	«Одежда» Ремонт разорванных мест одежды. Практическая работа.	10 2	УДЗ: - особенности стирки цветного и белого белья;
4	Стирка хлопчатобумажного белья. Практическая работа.	2	- правила пользования моющими средствами;
5	Использование бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей. Стирка вручную	2	- устройство стиральной машины и правила пользования ею;
6	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	2	-санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины;
	Химическая чистка одежды. Виды услуг. Правила пользования.	2	- назначение и виды предприятий по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг; - правила подготовки вещей к сдаче в чистку. УДУ: - ремонтировать разорванные места одежды, штопать; - гладить одежду и бельё. Ремонт разорванных мест одежды, штопка Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины. Утюжка

			постельного белья, брюк, спортивной одежды.
7	«Питание» Приготовление пищи: обед.	11 2	УДЗ: - способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов;
8	Приготовление закусок.	2	- последовательность приготовления блюд;
9	Приготовление супа из рыбных консервов.	2	- возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;
10	Приготовление плова в мультиварке. Практическая работа	2	- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;
11	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Практическая работа Сервировка стола. Проверочная работа	3	- правила пользования столовыми приборами. УДУ: - готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов, консервированных продуктов, полуфабрикатов); - готовить третьи блюда; - оформлять готовые блюда; сервировать стол к обеду. Приготовление закусок, оформление готового блюда. Приготовление первого блюда на мясном бульоне, оформление готового блюда. Приготовление супа из рыбных консервов, оформить готовое блюдо.. Приготовление мясных блюд оформить готовое блюдо. Приготовление третьих блюд оформить готовое блюдо. Сервировка стола к обеду.
12	«Семья» Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	7 2	УДЗ: -различные тихие и подвижные игры. УДУ: -одевать малышей на прогулку;
13	Разучивание тихих и подвижных игр.	2	-объяснять детям младшего возраста правила игр с ними в тихие и подвижные игры;
14	Практическая работа. Проведение игр с детьми младшего школьного возраста. Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.	2	-помогать первоклассникам при уборке игрушек. Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста.

15	ПК Контрольная работа №2 по теме «Одежда. Питание. Семья.»	1	
16	«Культура поведения» Поведение в гостях.	4 2	УДЗ: - правила поведения при встрече и расставании;
17	Подарки. Практическая работа »Изготовление несложных сувениров»	2	- правила поведения в гостях; - правила вручения подарков. УДУ: - выбирать подходящую одежду для визита в гости; - 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. Изготовление несложных сувениров
18	«Жилище» Уборка квартиры. Практическая работа.	12 2	УДЗ: -последовательность проведения
19	Виды моющих средств, используемых при уборке жилого помещения	2	регулярной и сезонной уборки жилого помещения;
20	Дезинфекция помещения. Дезинфицирующие средства.	2	-способы и периодичность ухода за окнами;
21	Подготовка квартиры к зиме, лету. Практическая работа.	2	-виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон;
22	Уход за мебелью. Практическая работа.	2	-способы утепления окон;
23	Животные в доме. Проверочная работа.	2	-правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытия; -правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме; -правила содержания в доме собаки, кошки, попугая. УДУ: -убирать жилые помещения; -чистить мебель; -мыть зеркала и стекла; -утеплять окна. Уборка помещения. Мытьё зеркал. Утепление окон.

			Чистка мягкой мебели.
24	«Транспорт» Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	6 2	Учащиеся должны иметь представление о - назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт, зал ожидания, комната матери и ребенка);
25	Приобретение железнодорожных билетов. Виды пассажирских вагонов:	2	- порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону); - порядке сдачи и получении багажа в камере хранения. УДЗ:
26	Экскурсия на железнодорожный вокзал. Проверочная работа.	2	- функции железнодорожного транспорта; - виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); - примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния; - виды справочных служб; - виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. УДУ: - ориентироваться в расписании; - приобретать билеты в железнодорожной кассе; - обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону. Упражнения по ориентированию в расписании в соответствии с выбранным маршрутом, в переводе времени Ролевые игры: обращение к работникам справочных служб вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону. Покупка и возврат билета.
27	«Торговля» Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	4 2	Учащиеся должны иметь представление -о назначении промтоварных магазинов; -о порядке приобретения товаров. УДЗ: -ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов; -стоимость отдельных товаров. УДУ: -приобретать некоторые товары в промтоварном магазине; -подсчитывать стоимость покупок; -правильно вести себя в магазине.

			Упражнение в составлении плана покупки. Подсчитать стоимость покупки.
28	Экскурсия в промтоварный магазин	2	
29	«Средства связи» Бандероли. Виды, порядок отправки. Упаковка и стоимость пересылки. Заполнение бланков.	4 2	УДЗ: -перечень предметов, посылаемых бандеролью; -максимальный вес и стоимость посылаемых предметов; -виды и способы упаковки бандеролей.
30	Видеоэкскурсия на почту. Практическая работа.	2	УДУ: -заполнять бланки на отправку бандеролей; -составлять опись посылаемых предметов; -упаковка бандероли. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. Составление описи посылаемых предметов.
31	«Медицинская помощь» Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения.	5 1	Учащиеся должны иметь представление о: -вреде самолечения. УДЗ: -состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники);
32	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах. Практическая работа	2	-правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
33	Первая помощь при вывихах, переломах. ИК Контрольная работа №3 по теме «Повторение»	2	-местные лекарственные растения; -правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм; -правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой, компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины). УДУ: -пользоваться термометром; -готовить отвары и настои из лекарственных растений; -накладывать временные шины. Упражнения в измерении температуры тела человека. Заваривание травяного настоя. Упражнения в наложении повязок на

			рану. Упражнения в наложении повязок на поврежденную конечность
34	«Учреждения, организации, предприятия» Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. Экскурсия.	2 2	УДЗ: -местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов; -назначение цехов и отделов, имеющих на предприятиях; -виды выпускаемой продукции; -названия рабочих специальностей. УДУ: -обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий. Упражнение в умении обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.
	итого	68ч	

Тематическое планирование 8 класс

№	Наименование темы, раздела	Кол-во часов	Характеристика основной деятельности учащихся
1	«личная гигиена» Введение . Значение косметики для юноши и девушки. Выбор косметических средств. Правила и приемы ухода за кожей лица. Практическая работа «Маски из овощей и фруктов». Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Средства и способы сбережения здоровья	2 1 1	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.
2	«Одежда и обувь» Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки,	6	Обучающиеся должны знать: — правила стирки и 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.

	<p>заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживание.</p> <p>Практическая работа Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.</p> <p>Экскурсия в прачечную ВК Контрольная работа №1</p>		<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> — стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; — гладить блузки, рубашки, платья.
3	<p>«Питание»</p> <p>Приготовление изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.</p> <p>Практические работы Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнение в составлении меню.</p>	<p>10 6</p> <p>4</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> — виды теста; — способы приготовления изделий из теста; — способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени. <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> — приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье; — шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп; — заготовит ягоды без тепловой обработки; — записать рецепт соления, варенья, консервирования.
4	<p>«Семья»</p> <p>Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложечки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек)</p> <p>Практическая работа Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы</p>	<p>6 5</p> <p>1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> — 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. <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- купать, одевать, пеленать куклу; -- кормить куклу из соски и с ложечки; -- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки
5	<p>«культура поведения»</p> <p>Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.</p>	<p>4 4</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -- правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей.

			<p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> — 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.
6	<p>«Жилище» Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла. ПК Контрольная работа №2 Практическая работа Мытье кафельных стен, чистка раковин.</p>	<p>6 3 1 1 1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Обучающиеся должны уметь: мыть кафельные стены, чистить раковины;</p> <ul style="list-style-type: none"> — пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни санузла, ванны.
7	<p>«Транспорт» Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Экскурсия на автобусную станцию.</p>	<p>4 1 1 1 1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные автобусные маршруты; - основные маршруты водного транспорта; - правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> — пользоваться расписанием; — определять стоимость проезда; — покупать билет; — обращаться за справкой; — выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;
8	<p>«Торговля» Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров. Рынок Практические работы</p>	<p>4 1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> — рынок, его виды; — основные отличия его от магазина; — правила поведения на рынке; - права покупателя на рынке; — цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а

	<p>Упражнения в подсчете стоимости покупок.</p> <p>Экскурсия в один из специализированных магазинов</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>также и фрукты, ягоды и промышленные товары</p> <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>-- выбрать месторасположения нужных товаров;</p> <p>— выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.),</p> <p>-- количества, цены.</p>
9	<p>«Средства связи»</p> <p>Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.</p> <p>Сотовая связь</p> <p>Экскурсия на переговорный пункт</p>	<p>8</p> <p>6</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <p>— виды телефонной связи;</p> <p>— правила пользования ими, телефонным справочником;</p> <p>-- номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа;</p> <p>— периодичность оплаты телефона;</p> <p>— виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью;</p> <p>— тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния;</p> <p>-оплата за телефон;</p> <p>-порядок заказа междугороднего разговора по адресу;</p> <p>-правила культурного краткого разговора.</p> <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>-- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;</p> <p>— узнать время;</p> <p>— получить по телефону справку;</p> <p>— культурно разговаривать по телефону.</p>
10	<p>«Медицинская помощь»</p> <p>Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь</p>	<p>4</p> <p>2</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <p>— меры по предупреждению несчастных случаев в быту;</p> <p>— правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара,</p>

	<p>утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.</p> <p>Практические работы Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении</p>	<p>1</p> <p>1</p>	<p>обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении;</p> <p>— приемы оказания помощи спасенному из водоема.</p> <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>— оказать первую помощь при ожоге, обморожении;</p> <p>— оказать первую помощь утопающему.</p>
11	<p>«Учреждения, организации, предприятия»</p> <p>Департамент, муниципалитет, префектура, полиция, их назначение.</p> <p>Экскурсия в одну из организаций по теме.</p>	<p>4</p> <p>3</p> <p>1</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <p>— куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;</p> <p>— адрес местной префектуры;</p> <p>— отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи.</p> <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений.</p>
12	<p>«Экономика домашнего хозяйства»</p> <p>Бюджет. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь ИК Контрольная работа №3 и др.)</p> <p>Практические работы Упражнение в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах) снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании</p>	<p>10</p> <p>6</p> <p>1</p> <p>2</p>	<p>Обучающиеся должны знать:</p> <p>— составные части бюджета семьи и их размер;</p> <p>— основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.;</p> <p>— стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.);</p> <p>— правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.);</p> <p>— виды и цели сбережений:</p> <p>Обучающиеся должны уметь:</p> <p>— подсчитать бюджет семьи;</p> <p>— составить доверенность на</p>

	<p>крупных покупок (на конкретных примерах) в оказании материальной помощи родственникам. Экскурсия в ЖКХ</p>	<p>1</p>	<p>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</p>
	<p>Итого</p>	<p>68ч</p>	