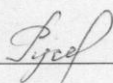


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ


Министерство образования Иркутской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Русско-Янгутская средняя общеобразовательная школа"

РАССМОТРЕНО
На ШМО учителей физической
культуры, технологии, ОБЖ и
коррекционных классов

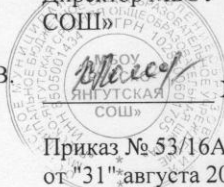
 Русанова Г.А.

Протокол № 1
"30" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР

 Наумова Т.В.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Русско-Янгутск
СОШ»

 Холодкова Л.Г.
Приказ № 53/16А
от "31" августа 2022 г.

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
Учебного предмета
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

(для 5-9 специальных коррекционных классов)

Срок освоения программы: 5 лет

Составитель: Щадова Ирина Николаевна,
учитель АООП

Русские Янгуты 2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа, «Основы социальной жизни», муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Русско-Янгутская средняя общеобразовательная школа" с. Русские Янгуты для 5-9 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

В основу программы заложен приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического пособий:

- Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида / ред. В. В. Воронковой - М: Владос, 2011
- Социально-бытовая ориентировка воспитанников специального (коррекционного) общеобразовательного учреждения VIII вида Методическое пособие В.В. Гладкая - М: НЦЭНАС, 2003

Готовность обучающихся к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни - наиболее острая проблема, которая стоит перед педагогом социально-бытовой ориентировки. На уроках учитель решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит своих воспитанников к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

Содержание учебного предмета

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 9 классы. Класс разделен на две группы. Количество часов - 5,6 классы 1 час в неделю, 7,8,9 классы 2 часа в неделю.

Материал учебного предмета расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала, использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Большое внимание отводится эстетическому воспитанию учащихся, развитию их фантазии, художественного вкуса. Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов, презентационный материал и др. «Основы социальной жизни» имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Только комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

Программа предусматривает чередование уроков индивидуальных практических занятий, теоретических и уроков коллективной творческой деятельности, диалогичность и сотворчество учителя и ученика.

Целью программы обучения является практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Школьный курс «Основы социальной жизни» направлен на решение основных

задач:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках «Основы социальной жизни» заключается в следующем:

- коррекции познавательной деятельности учащихся путем систематического и целенаправленного воспитания;
- развитие аналитических способностей, умений сравнивать, обобщать; формирование умения ориентироваться в задании, планировать работу,; контролировать свои действия
- коррекции ручной моторики; улучшения зрительнодвигательной координации;
- развитие зрительной памяти, внимания, наблюдательности, образного мышления, представления и воображения.

Программа по социально-бытовой ориентировке включает несколько разделов:

- Личная гигиена и здоровье
- Охрана здоровья
- Одежда и обувь
- Предприятия, организации, учреждения
- Питание
- Жилище
- Транспорт
- Семья
- Средства связи

Формы организации образовательного процесса: дифференцированные, индивидуальные, коллективные, групповые.

Технология обучения: вводный урок, урок изучения нового материала, комбинированный урок, повторительно - обобщающий урок, практическая работа, урок закрепления знаний, умений, навыков.

Ключевые компетенции:

- Общекультурные
- Учебно-познавательные
- Информационные
- Коммуникативные
- Социально-трудовые

На уроках «Основы социальной жизни» учитывается дифференциация учащихся

I группа. Учащиеся данной группы способны достаточно полно воспроизводить учебный материал, отвечая на вопросы, а в простых случаях воспроизводить его самостоятельно. Техничко-технологические знания усвоены достаточно полно. Планирование новой работы в пределах программных требований осуществляют успешно. Приемы контроля сформированы, работоспособность высокая, трудовые

приемы в объеме программных требований данного класса усвоены успешно.

II группа. Учащиеся данной группы учебный материал воспроизводят в основном правильно, но допускают незначительные ошибки. Самостоятельно использовать знания теоретической и практической деятельности могут только в простейших случаях. Самостоятельно трудовую деятельность планируют с трудом, чаще прибегают к помощи учителя. Приемы контроля сформированы недостаточно, наблюдаются недостатки в усвоении профессиональных приемов, но только в связи с двигательными дефектами воспитанников; работоспособность средняя.

III группа. Учащиеся данной группы учебный материал воспроизводят отдельно, чаще всего частями, главное в содержании выделить не могут. Некоторые технико-технологические знания усвоены на уровне конкретных представлений. К самостоятельному планированию работы не способны. Приемы контроля не сформированы, трудовые профессиональные двигательные навыки выполняют с ошибками; темп работы низкий.

Учебно-тематическое планирование

Класс	№ п/п	Тематический блок / Разделы	Часы
5 класс (1 час в неделю)	1	Личная гигиена и здоровье Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.	4ч.
	2	Одежда и обувь Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды, обуви и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.	4ч.
	3	Транспорт Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.	5ч.
	4	Питание Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие	11ч.

		<p>продуктов, составляющих рацион питания.</p> <p>Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.</p> <p>Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока.</p> <p>Виды блюд,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).</p>	
	5	<p>Семья</p> <p>Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.</p>	5ч.
	6	<p>Охрана здоровья</p> <p>Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.</p>	2ч
	7	<p>Жилище</p> <p>Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.</p>	3ч.
	Всего		34 часа
6 класс (1 час в неделю)	1	<p>Личная гигиена и здоровье</p> <p>Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.</p> <p>Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).</p> <p>Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.</p>	5 ч.
	2	<p>Одежда и обувь</p> <p>Значение опрятного вида человека.</p> <p>Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из</p>	6ч.

	различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.	
3	Транспорт Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	6ч.
4	Питание Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов, канапе.	5ч.
5	Семья Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	4ч.
6	Средства связи Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.	3ч.
7	Жилище Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	3ч.
8	Охрана здоровья Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»).	2ч.
Всего		34 часа

7 класс (2 часа в неделю)	1	<p>Личная гигиена и здоровье</p> <p>Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.</p>	4ч.
	2	<p>Одежда и обувь</p> <p>Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.</p> <p>Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.</p> <p>Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.</p>	8ч.
	3	<p>Питание</p> <p>Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.</p> <p>Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.</p> <p>Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.</p> <p>Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.</p>	12ч.
	4	<p>Транспорт</p> <p>Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.</p>	8ч.
	5	<p>Семья</p> <p>Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.</p> <p>Досуг как средство укрепления здоровья: туристические</p>	6ч.

	<p>походы; посещение спортивных секций и др.</p> <p>Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.</p>	
6	<p>Охрана здоровья</p> <p>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия. Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах.</p> <p>Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.</p> <p>Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.</p>	10ч.
7	<p>Жилище</p> <p>Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.</p> <p>Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.</p> <p>Кухонная мебель: названия, назначение.</p> <p>Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.</p> <p>Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.</p> <p>Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).</p> <p>Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.</p> <p>Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.</p> <p>Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p>	14ч.
8	<p>Средства связи</p>	2ч.

		Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	
	9	Предприятия, организации, учреждения Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	4
	Всего		68 часов
8 класс (2 часа в неделю)	1	Личная гигиена и здоровье Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).	5ч.
	2	Одежда и обувь Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.	5ч.
	3	Питание Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.	20ч.

	<p>Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.</p> <p>Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.</p> <p>Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.</p>	
4	<p>Семья</p> <p>Отдых. Отдых и его разновидности. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха.</p>	2ч
5	<p>Жилище</p> <p>Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.</p> <p>Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.</p> <p>Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.</p>	12ч.
6	<p>Транспорт</p> <p>Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.</p>	6ч.
7	<p>Средства связи</p> <p>Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.</p>	8ч.
8	<p>Охрана здоровья</p> <p>Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных</p>	6ч.

		случаев в быту.	
	9	Предприятия, организации и учреждения Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	4ч.
	Всего		68 часов
9 класс (2 часа в неделю)	1	Личная гигиена и здоровье Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	4ч.
	2	Одежда и обувь Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека	6ч.
	3	Питание Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.	20ч.

4	Семья Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок	10ч.
5	Жилище Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.	7ч.
6	Транспорт Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.	5ч.
7	Охрана здоровья Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Экскурсия в медпункт.	4ч.
8	Средства связи Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	6ч.
9	Предприятия, организации и учреждения Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение	4ч.
Всего		68 часов
Всего часов		270 часов

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Класс	Знания	Умения
5	последовательность утреннего и вечернего туалета; виды одежды и головных уборов, их назначение; правила повседневного ухода и хранения; значение продуктов питания для здоровья человека; правила безопасной работы с режущими инструментами, кипятком; семейные обязанности; правила поведения за столом, правила приема пищи; способы оказания медицинской помощи виды жилых помещений в городе и деревне; гигиенические требования к жилому помещению; правила подметания пола, вытирания пыли; адрес	совершать утренний и вечерний туалет; чистить уши; ухаживать за одеждой и обувью, правильно ее хранить; сервировать стол к завтраку, готовить несложные блюда; мыть посуду; написать фамилии, имена, отчества своих близких родственников; вести себя в общественных местах; написать адрес школы-интерната; вытирать пыль, подметать пол; передвигаться на велосипеде по проезжей части; пользоваться общественным транспортом; оказывать несложную

	школы-интерната; правила поведения в общественном транспорте; правила передвижения на велосипеде; правила дорожного движения;	медицинскую доврачебную помощь;
6	правила закаливание организма, правила соблюдения личной гигиены; правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий; способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него, различные меню ужина; основные средства связи; виды почтовых отправлений, стоимость почтовых услуг при отправлении писем, виды телеграфных услуг; виды медицинской помощи, функции основных врачей-специалистов; состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, правила поведения в семье; гигиенические требования к жилому помещению, правила организации рабочего места школьника, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно-гигиенические требования, назначение комнатных растения, уход и допустимое количество их в квартире; уход за животными; основные транспортные средства, стоимость проезда во всех видах транспорта, порядок приобретения билетов и талонов;	мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий; отваривать макаронные изделия, варить кашу на воде и молоке, оформлять готовые блюда, сервировать стол; записывать адреса с индексом на конвертах, составлять различные тексты телеграмм, заполнять телеграфные бланки; записываться на прием к врачу, вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке; проводить сухую и влажную уборку помещения, ухаживать за комнатными растениями; пришивать пуговицы, крючки, кнопки, зашивать одежду, ухаживать за животными. Подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия; выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения транспорта, определять направление и зоны, пользоваться кассой-автоматом при покупке билетов на пригородные поезда;
7	правила соблюдения личной гигиены подростка, уход за волосами, правила пользования душем, ванной, унитазом; некоторые тихие и подвижные игры; последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств, способы утепления окон, правила ухода за мебелью, правила соблюдения гигиены жилища, планировка жилища; правила поведения при встрече и расставании, правила поведения в гостях, правила вручения и приема подарков; способы обработки овощных, мясных, продуктов, последовательность приготовления блюд, правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи, правила пользования столовыми приборами; состав домашней аптечки, правила применения и	одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры; убирать жилые помещения, чистить мебель, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду; пользоваться термометром, приготовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны и накладывать повязки, накладывать временные шины; ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону; ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье вручную и с помощью стиральной машины, гладить белье и одежду; заполнять бланки на отправку бандеролей и посылок,

	<p>назначения медицинских средства, входящих в состав домашней аптечки, местные лекарственные растения, правила обработки ран и наложение повязки меры по предупреждению осложнений, правила оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжении и вывихах; функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа; особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользования моющими средствами, устройство и правила пользования стиральной машиной. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины, последовательность и особенности утюжки белья и одежды. Назначение и виды предприятий по химической чистке одежды и виды оказываемых услуг, правила подготовки вещей к сдаче в чистку; перечень предметов, посылаемых бандеролью, посылкой, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки бандеролей; составные части бюджета семьи и их размер. Основные образовательные учреждения.</p>	<p>составлять опись посылаемых предметов, упаковывать бандероли; подсчитывать бюджет семьи; подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.</p>
8	<p>гигиена зрения; ассортимент товаров в различных спец. магазинах; правила пользования городским телефоном-автоматом и домашним, номера телефонов срочного вызова; правила извозки по телефону срочного вызова, периодичность уборки кухни, санузла, моющие средства; основные автобусные маршруты, маршруты водного транспорта; правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях; организация летнего отдыха. Значение соли и сахара для питания, способы заварки чая. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.</p>	<p>Уход за органами зрения; выбирать покупку с учетом различных условий, подсчитывать стоимость покупок; объяснить причину культурно разговаривать по телефону; мыть кафельные стены и раковину, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам; пользоваться расписанием, покупать билет, определять стоимость проезда; оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании, помощь утопающему. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. Готовить первые, вторые и третьи блюда.</p>

	Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	
9	составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; способы хранения и переработки продуктов питания; самостоятельное приготовление блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.; соблюдение правил поведения в доме и общественных местах; представление о морально-этических нормах поведения; некоторые навыки ведения домашнего хозяйства; навыки обращения в различные медицинские учреждения; пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета; составление различных видов деловых бумаг с целью обращения в различные организации социального назначения;	Уметь готовить первые вторые, третьи блюда, сервировать стол к завтраку, обеду и ужину, делать домашние заготовки, соблюдать ПТБ при приготовлении пищи; самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения; вести домашнее хозяйство, обращаться в различные медицинские учреждения, пользоваться современными средствами связи, производить расчет расходов и доходов семейного бюджета, составлять различные виды деловых бумаг.

Литература для учителя и обучающихся

1. Девяткова Т.А., Кочетова Л.Л. Социально-бытовая ориентировка, Москва Владос, 2003 год.
2. Крупская Ю.В., Кизеева Н.И. Технология, Москва, издательский центр Вентана-Граф, 200год.
3. Лысогорская Диагностика и психокоррекция поведения учащихся подросткового и юношеского возраста Саратов 2005 год
4. Могилевская С.А. Девочки, книга для вас, Москва Педагогика - Пресс, 1995 год.
5. Павлова О.В. Неделя технологии в начальной и средней школе, издательство Учитель, 2009 год.
6. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки. Пособие для учителя 5-9 классы, Москва Владос, 2005 год.
7. Попова Г.П. Технология 5 класс Поурочные планы Вариант для девочек Издательство Учитель 2009 год.
8. Трудовое обучение Москва Просвещение, 2008 год.

Адреса электронных ресурсов

<http://www.uroki.net/>
<http://www.k-yroky.ru/>

<http://www.uchyortal.ru/>
<http://learningapps.org/>
<http://www.rusedu.ru/>