**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА**  
**(5,6,7,8,9 КЛАССЫ)**

Рабочая программа составлена на основе «Программы специальной (коррекционной) общеобразовательной школы 8 вида». Москва, Владос, 2001год под редакцией Воронковой.

При составлении использованы:

* Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных /коррекционных/ общеобразовательных учреждений 8 вида. Москва, 2003.
* Девяткова Т.А. и др. Социально-бытовая ориентировка в специальных /коррекционных/ учреждениях 8 вида. Москва, 2003.
* Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. Практическое пособие.

Рабочую программу составила учитель: Расулова Мария Анатольевна

**Содержание.**

Пояснительная записка ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

1. Формы и методы реализации программных задач,,,,,,,,,,,,,,,
2. Программа 5 класс,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
3. Программа 6 класс,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
4. Программа 7 класс,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
5. Программа 8 класс,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
6. Программа 9 класс,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
7. Основные требование к знаниям и умениям учащихся,,,,,,,,
8. Перечень учебно – методического обеспечения,,,,,,,,,,,,,,,,,,

**Пояснительная записка.**Специальные коррекционные занятия по СБО направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психо­физических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен но принципу усложне­ния и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизированно 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. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

«Питание» — один из важнейших разделов, который решает очень нужные *задачи*: **расширение кругозора**детей о значении пи­тания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; фор­мирование умений определить простейшими приемами экологичес­ки чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов ку­линарных рецептов и украшение их.Одновременно решаются задачи воспитания личностных ка­честв: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное от­ношение к продуктам, оборудованию использованию электроэнер­гии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигие­ны труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доб­рокачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, ловкости, скорости;внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности воображения, фантазии, интереса к национальным традициям.Программа рассчитана на детей с пятого по девя­тый классы. 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.

**Формы и методы реализации программных задач.**

Основными формами и методами обучения являются практи­ческие работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов и др.

Занятия по СБО целесообразно проводить группами из 4—5 человек. Это позволит каждому ученику, независимо от его интеллекту­альных и физических возможностей, овладеть основными способа­ми ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться со­ставлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.  
В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации **практических работ**, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполне­ние учеником всех операций под руководством учителя).

На занятиях отводится время для изучения правил тех­ники безопасности, формирования умений пользоваться нагрева­тельными электрическими и механическими бытовыми прибора­ми и приспособлениями, колющими и режущими инструмента­ми, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Необходи­мо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиени­ческих требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

В ряде разделов, например «Личная гигиена», «Бюджет семьи» и др., предусмотрена система упражнений, которые каждый ученик выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у учащихся определенных умений и навыков на осно­ве знаний, полученных как на занятиях по СБО, так и на заняти­ях по другим предметам.

**Беседа** на занятиях по СБО является одним из основных мето­дов обучения и применяется и сочетании с сюжетно-ролевыми иг­рами, различными практическими работами: записях в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями, другими ви­дами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не является единственным методом обучения, исполь­зуемым на занятии.

В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью. Например, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясня­ет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся крат­кие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления получен­ных знаний — заключительные беседы.

**Сюжетно-ролевые игры** применяются как один из ведущих ме­тодов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др.

Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирова­ния навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизнен­ные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за малень­ким ребенком и т.д.).

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе мо­гут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии пред­шествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Например, изуче­ние темы «Железнодорожный транспорт дальнего следования и пригородный» целесообразно начать с ознакомительной экскурсии, во время которой учащиеся получат представление о назначении вокзала, его основных службах, расписании поездов. Текущие экс­курсии проводятся в ходе изучения темы и служат для конкретиза­ции и закрепления определенного учебного материала.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в со­четании с другими организационными формами обучения по оп­ределенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практичес­кие работы.

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. Для повторения привлекается пройденный материал из других разде­лов, логично связанный с изучаемой темой.

На занятиях по СБО следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки загадки для развития устной, письменной речи, для практического при­менения знаний, умений и навыков, полученных на уроках род­ного языка. На всех этапах занятий в связи с изучаемым матери­алом необходимо следить за полнотой устных ответов, последо­вательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, написать текст, обосновать вывод. В поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся. С этой целью используются различные этапы занятий, сюжетные игры и экскурсии, проводимые учителем, в ходе которых учащи­еся вовлекаются в беседу. На отдельных занятиях при прохожде­нии ряда тем (например, "Квартплата", "Оформление на работу" и т.п.) следует отвести время на практическое закрепление на­выков составления деловых бумаг с учетом разных жизненных си­туаций, опираясь на знания и умения, полученные на уроках род­ного языка.

Особое внимание следует обратить на проведение практичес­ких работ с использованием бригадной формы организации уча­щихся.

Знакомя детей с новым приемом, учитель сначала дает объяс­нения всему классу, затем организует тренировочные упражнения, после чего бригадирами выполняется работа, в которую включает­ся данный прием.

Бригадная форма работы может быть использована в выпол­нении детьми одинаковых заданий (штопка, чистка посуды и т.д.).

В кабинете можно установить поочередное дежурство по бри­гадам. Дежурная бригада выполняет различные работы, связанные с подготовкой оборудования и материалов к занятию, и убирает кабинет после окончания занятий.

Для активизации учащихся и учета их знаний, умений и навы­ков целесообразно организовывать соревнования бригад или ин­дивидуальные соревнования. Итоги их учитель подводит в конце занятия.

Занятия по СБО тесно связаны с уроками родного языка, мате­матики, географии, труда, естествознания.

СБО учащихся иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Только комплексная совместная деятельность учителя *и*воспитателя позволит достичь желаемых результатов. Настоящая программа должна служить ориентиром для воспита­теля при отборе материала, определении его тематики, объема и последовательности изучения. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Например, при прохождении раздела «Жилище» учитель обучает детей правилам уборки квартиры, а воспитатель, организуя деятельность учащихся по самообслуживанию, повторяет с ними эти правила, следит за ходом уборки и т.п.  
Связь учителя с воспитателем осуществляется также при совме­стном проведении отдельных экскурсий и некоторых итоговых практических занятий, которые можно объединять с внеклассны­ми мероприятиями. Тесное взаимодействие учебной и внекласс­ной работы способствует совершенствованию знаний и навыков детей, успешному применению их в жизни.  
Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете, в кото­ром отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечи­вающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой.

Проводить занятия по СБО в V-IX классах целесообразно на сдвоенных уроках.  
Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей основных сведений и зарисовок. Это могут быть какие-либо правила, рецепты, полезные советы и т.п., изложенные доступным языком четко и лаконич­но.  
Домашние задания, как правило, не задаются. В отдельных слу­чаях ученикам можно поручить собрать те или иные сведения во время экскурсий с воспитателем или дома (например, место рабо­ты родителей, их должность и т.д.).

**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 ксверстниками 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.

1. **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 свои организм;
* соблюдать правила личной гигиены лома, в школе, во время походов, экскурсий;
* отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества.

**Одежда и обувь.**

***Обучающиеся должны*знать:**

* санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагрева­тельными приборами и бытовыми химичес­кими средствами;
* правила стирки изделий из хлопчатобу­мажных тканей.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки;
* зашивать одежду по распоровшемуся шву;
* подшить платье, брюки, рубашки.-- подбирать моющие средства для стирки  
  **Питание.**  
  ***Обучающиеся должны*знать:**
* — способы выбора доброкачественных продуктов;
* -- приготовление каши, заварка чая, вар­ка яиц ;
* -- способы хранения продуктов и готовой пищи;
* —правила составления рецепта блюда.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* пользоваться нагревательными прибо­рами, строго соблюдать правила безопасности;
* приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности;
* составить рецепт блюда;
* вымыть, вычистить посуду.

**Семья.**

***Обучающиеся должны*знать:**

* место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких род­ственников;
* как распределены хозяйственно-быто­вые обязанности между членами семьи;
* свои права и обязанности в семье.

***Обучающиеся должны*уметь:**

- рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, продуктивной деятельности.  
- выполнять определенные обязанности в семье.**^**

**Культура поведения.**

***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:**

* междугороднего транспорта;
* стоимость проезда на всех видах городе кого транспорта (стоимость разового, еди­ного проездного билетов);
* порядок приобретения билетов и тало­нов;
* компостирование талонов.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* выбирать наиболее рациональные мар­шруты при передвижении по городу;
* ориентироваться в расписании движения пригородных поездов;
* определять направление и зоны.

**Торговля.**

***Обучающиеся должны*знать:**

* виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы;
* правила поведения в магазине и обще­ния с работниками магазина;
* правила покупки товаров;
* стоимость наиболее необходимых товаров (одежды, обуви, посуды и других,
* часто используемых товаров).

***Обучающиеся должны*уметь:**

* выбрать нужный товар;
* выяснить срок гарантии на его исполь­зование;
* оплатить, проверить чек и сдачу;
* хранить чек в течение срока гарантии на товар;
* вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя.

**Средства связи.**

***Обучающиеся должны*знать:**  
-- перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;  
максимальный вес почтовых отправлений;

виды, и способы упаковок;

видыпочтовых отправлений.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки;
* составить опись посылаемых пред­метов;

-- упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке;

—определить стоимость почтовых от­правлений  
**Медицинская помощь.**

***Обучающиеся должны*знать:**

* способы вызова врача на дом;
* меры по предупреждению глистных заболеваний;
* функции основных врачей-специали­стов;
* основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пи­петки, пинцет и др., инструкции к при­менению лекарственных средств, со­ставляющих домашнюю аптечку;
* о возможном вреде самолечения.

***Обучающиеся должны*уметь:**

* записаться на прием к врачу;
* вызвать врача на дом;
* в экстренных случаях врачей «скорой помощи»;
* приобрести лекарство в аптеке.

**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.

1. **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 мыте окон;

способы утепления окон;  
правила топки печей и заготовки топлива;  
- правила ухода за мебе­лью в зависимости от её по­крытий.  
***Обучающиеся должны*уметь:**

убирать жилые помещения;  
мыть зеркала и стекла;  
утеплять окна;  
ухаживать за полом в за­висимости от покрытия, ис­пользуя бытовые химические средства;  
топить печку с учетом ме­стных особенностей.

**Транспорт.**  
***Обучающиеся должны*знать:**  
функции железнодорож­ного транспорта;  
тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, ку­пейный, мягкий);  
примерную стоимость би­лета в зависимости от типа вагона и дальности расстоя­ния;  
виды справочных служб, камер хранения;  
сроки и стоимость хране­ния багажа;  
о сроках и месте возврата приобретенного билета.

***Обучающиеся должны*уметь:**  
ориентироваться в распи­сании;  
приобретать билеты ж/д кассе;  
обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону;  
ознакомиться с правила­ми пользования железнодо­рожным транспортом;  
выполнять правила безопасности во время поездки в железнодорожном транс­порте.  
**Торговля.**

***Обучающиеся должны*знать:**  
назначение универмага и универсама;  
различия между ними;  
за какими товарами луч­ше обратиться в универмаг, чем в универсам;  
стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и др. подобных товаров.

***Обучающиеся должны*уметь:**  
найти нужные товары в отделах универмага или универсама;  
приобретать товары с уче­том необходимости в по­требности их и финансовым  
возможностями.  
**Средства связи.**  
***Обучающиеся должны*знать:**

-- перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке;  
максимальный вес почтовых отправ­лений;  
виды, и способы упаковок;  
видыпочтовых отправлений.  
***Обучающиеся должны*уметь:**  
заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки;  
составить опись посылаемых пред­метов;

упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке;  
определить стоимость почтовых отправлений  
**Медицинская помощь.**  
***Обучающиеся должны*знать:**  
меры по предупреждению перело­мов;  
виды доврачебной помощи;  
правила обработки раны и наложе­ния повязки;  
меры предупреждения осложнений после травмы;  
правила оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с по­мощью повязки или временной шины).  
***Обучающиеся должны*уметь:**  
использовать лекарственные расте­ния при оказании первой помощи;  
готовить настои, отвары из лекар­ственных растений;  
обрабатывать раны, накладывать повязки.

**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.

**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 к суш­ки одежды из шерстяных и синтетических тканей;

правила и последовательность глажения изде­лий;

виды предприятий по химической чистке одеж­ды, их назначение;

виды оказываемых ими услуг;

правила подготовки вещей к сдаче в чистку.   
***Обучающиеся должны*уметь:**

стирать и сушить изделия из шерстяных и син­тетических тканей;

гладить блузки, рубаш­ки, платья.   
**Питание.**  
***Обучающиеся должны*знать:**  
виды теста;  
способы приготовления изделий из теста;  
способы заготовки про­дуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.

***Обучающиеся должны*уметь:**  
приготовить пресное те­сто и изделия из него - лапшу, печенье;  
нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп;  
заготовит ягоды без тепловой обработки;  
записать рецепт соления, варенья, консервиро­вания.

**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 изсостояние 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.  
**КЛАСС**

**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 своих 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 диетическое блюдо;  
составить меню на день для ребенка ясель­ного возраста и приго­товить соответственно его блюда;  
приготовить одно на­циональное блюдо, со­ставить меню празд­ничного стола;—выполнить сервировку праздничного стола.  
**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, докладную записку.