


Рассмотрено:  
на заседании МС  
Протокол № 1 от 31.08.2022

Согласовано:  
Зам.директора по УВР МАОУ  
«Нижеаремзянская СОШ»  
 Л.Н.Шубкина

Утверждено приказом директора МАОУ  
«Нижеаремзянская СОШ»  
Приказ № 208 от 31.08.2022



***Адаптированная основная  
общеобразовательная  
программа для обучающихся  
с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1)  
по учебному предмету  
«Социально-бытовая  
ориентировка»  
7 класс  
2022-2023 учебный год***

Составитель:  
Кабанова Светлана Александровна,  
учитель физики первой квалификационной категории

## 1. 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 общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. 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. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

Учебный предмет «Социально-бытовая ориентировка» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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.

## 2. Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса

**Характерными особенностями учебного предмета являются:**

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

**Изучение предмета СБО в школе обеспечивает работу:**

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- **воспитание положительных качеств личности;** развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение общетрудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

### Место учебного предмета, коррекционного курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом на 2022-2023 учебный год на предмет «Социально-бытовая ориентировка» в 9 классе отведено 68 часов в год, по 2 часа в неделю.

### 3. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Занятия социально-бытовой ориентировкой направлены на овладение учащимися теоретических знаний, трудовых умений и навыков для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту; на развитие коммуникативной функции речи как непереносимого условия социальной адаптации; формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде; на обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин; на воспитание положительного отношения к труду.

### 4. Предметные результаты освоения предмета «Социально-бытовая ориентировка»

Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных*.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

**Личностные результаты** освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление

сопереживания к чувствам других людей;

12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

### **Личностные результаты** изучения курса

-формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;

-развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

### **Метапредметные результаты** изучения курса отражаются:

- владение начальными формами **познавательных универсальных учебных действий** — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;

-получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных **регулятивных универсальных учебных действий**: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий; научатся искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

### **Предметные результаты.**

1. В познавательной (интеллектуальной) сфере: проследить роль и значения таких предметов, как: биология, история, технология, на социально-бытовое ориентирование человека.

2. В ценностно-ориентационной сфере: знание основных правил поведения в быту и жизни; анализ и оценка последствий деятельности человека в бытовой сфере жизни.

3. В сфере трудовой деятельности: знание и соблюдение правил работы в школьных кабинетах; соблюдение правил работы со школьными приборами и инструментами на различных уроках.

4. В сфере физической деятельности: освоение приемов выращивания и размножения культурных растений, ухода за ними.

5. В эстетической сфере: овладение умением оценивать с эстетической точки зрения объекты живой и неживой природы

## **5. Содержание учебного предмета, коррекционного курса**

### **1. 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 и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

*Значение опрятного вида человека.*

*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 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. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

*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.

*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.

*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.

*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.

*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.

## 2.Семья

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старшим 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.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

*Отдых.* Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

*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.

## 3.Культура поведения

Традиции культуры поведения в современном обществе. Как правильно вести себя в различных общественных местах. Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.

## 4. Жилище

*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.

*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.

*Планировка жилища.* Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

*Кухня.* Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

*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.

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

*Санузел и ванная комната.* Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

*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. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

*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.

*Убранство жилых комнат:* зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

*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.

*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.

## 5. Питание

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд,

приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

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.

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.

*Рынки.* Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

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.

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.

## **6.Транспорт**

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

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.

*Междугородний железнодорожный транспорт.* Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности при предотвращении чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

*Междугородний автотранспорт.* Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

## **8. 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.

*Бандероли.* Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

*Посылки.* Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

*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.

*Интернет-связь.* Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

## **9. Медицина**

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная.

*Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

*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. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

*Уход за больным на дому:* переодевание, умывание, кормление больного.

*Виды врачебной помощи на дому.* Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

*Документы, подтверждающие нетрудоспособность:* справка и листок нетрудоспособности.

## **10. Учреждения и организации**

*Образовательные учреждения.* Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

*Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.* Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

*Исполнительные органы государственной власти* (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

## **11. Трудоустройство**

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги, правила их составления. Написание заявления о приеме на



работу, об увольнении с работы. Заполнение анкеты. Пр.р. Написание автобиографии, доверенности, расписки. Пр.р. Экскурсия в Центр занятости населения.

## 6. Тематическое планирование

Название разделов	Темы уроков	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
1. Одежда и обувь (6 ч.)	Стиль одежды, мода, обновление одежды.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Определение собственного размера одежды и обуви.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Выбор одежды и обуви.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Варианты обновления одежды (замена мелких деталей)	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Использование подручных средств, для выведения различных пятен на одежде.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Стирка и глажка одежды	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
2. Семья (7 ч.)	Российская семья.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Закон Российской Федерации о браке и семье.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Основные семейные отношения.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Условия создания семьи	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Семейные традиции.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Формы организации досуга и отдыха в семье.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
3. Культура поведения (5 ч.)	Адекватное поведение в обществе.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально

	Правила приема гостей	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Правила хорошего тона	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Взаимодействие с соседями	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Внешний вид молодых людей	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
4. Жилище (3 ч.)	Рациональная расстановка мебели в квартире	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Интерьер.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Сохранение жилищного фонда.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
5. Питание (7 ч.)	Диетическое питание.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Составление меню диетического питания.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Составление меню к праздничному столу.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Национальные блюда. Запись рецептов национальных блюд.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Национальные блюда. Запись рецептов национальных блюд.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Сервировка праздничного стола.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Сервировка праздничного стола.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
6. Транспорт (4 ч.)	Автотранспорт	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Автомаршруты	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Авиатранспорт.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.

	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
7. Торговля (5 ч.)	Рынок. Отделы рынка	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Ярмарки и их виды	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Разновидности ярмарок.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Время и место проведения ярмарок	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Распродажа товаров	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
8. Средства связи (7 ч.)	Виды связи: почта, телефон, интернет	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Виды связи: почта, телефон, интернет	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Виды телефонной связи, её значимость.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Виды денежных переводов	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Телеграфный перевод	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Заполнение бланков различных переводов	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Посылки. Правила упаковки и отправления	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
9. Медицина (9 ч.)	Инфекционные заболевания.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Уход за больным.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Домашняя аптечка	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.

	Применение лекарств. Чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Лекарственные растения	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Личная гигиена	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Здоровый образ жизни	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
10. Учреждения, организации (3 ч.)	Предприятия бытового обслуживания населения	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Виды услуг	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Профессия работников	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
11. Трудоустройство (12 ч.)	Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Учреждения и отделы по трудоустройству населения.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Знакомство с выбором предложенных работ в отделах по трудоустройству.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Способы поиска работы.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Документы, необходимые для поступления на работу.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Перечень основных, деловых бумаг и требования к их написанию.	1	Совместная работа с учителем. Работа индивидуально
	Составление деловых бумаг: заявление.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Составление автобиографии.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Оформление на работу постоянную и по договору.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.

	Заполнение анкеты.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Манеры поведения и общения при оформлении на работу.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
	Обращение в бюро занятости после окончания училища.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом.
<b>Итого:</b>		<b>68</b>	

### 7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Компьютер, проектор, принтер, экран, презентации, раздаточный материал, дидактический материал, инструментальная среда, учебно-практическое оборудование, мультимедийные обучающие программы и электронные учебные издания по разделам курса. Сенсорная электрическая плита, холодильник, электрический водонагреватель. Набор мебели кухонной: шкафы навесные и посудные, мебельная стенка, столовые столы, полумягкие стулья. Наборы столовой и кухонной посуды, столовые приборы, сервизы: чайный, кофейный.