|  |  |
| --- | --- |
| **МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  «** **ПИОНЕРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»** | |
|  |  |
| **Рабочая программа учебного предмета**  **«Социально-бытовое ориентирование»**  **Основное общее образование, 5-9 классы** | |
|  |  |
|  | |

1. **Планируемые результаты освоения обучающимися учебного предмета «Социально-бытовое ориентирование»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Личная гигиена** | |
| ***Обучающиеся должны* знать:** | ***Обучающиеся должны* уметь:** |
| * 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 правила закаливания организма; * приемы обтирания и мытья ног; * правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов; * о вреде наркотиков и токсических веществ * правила личной ги­гиены девушки и юно­ши; * виды косметических салфеток; * правила ухода за ко­жей лица и волосами * правила ухода за кожей лица; * приемы нанесения косметических средств на лицо, шею * меры профилактики курения и алкоголизма. | * 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. * закаливать свои организм; * соблюдать правила личной гигиены лома, в школе, во время походов, экскурсий; * отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества * определить тип кожи и волос; * подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос; * правильно ухажи­вать за лицом и воло­сами * правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног. * использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам. * в меру пользоваться косметикой * тренировать свою силу воли в борьбе с алкоголизмом, курением |
| **Одежда и обувь** | |
| * виды одежды, обуви и их назначение; * правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, рези­ны, текстильных) * санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагрева­тельными приборами и бытовыми химичес­кими средствами; * правила стирки изделий из хлопчатобу­мажных тканей. * особенности стирки цветного и белого белья; * правила пользованиямоющими средствами; * устройство стиральной машины и правила пользования ею; * санитарно-гигиеничес­кие требования и правила техники безопасности приремонте одежды и стирке в ручную и с помощью стиральной машины санитар­но-гигиенические требования * последовательности особенности глаженияодежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей; * назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную; * правила пользования прачечной самообслуживания * правила стирки и суш­ки одежды из шерстяныхи синтетических тканей; * правила и последовательность глажения изде­лий; * виды предприятий похимической чистке одеж­ды, их назначение; * виды оказываемых имиуслуг; * правила подготовки вещей к сдаче в чистку * размеры своих одеж­ды и обуви; * гарантийные срокиноски; * правила возврата; * способы обновленияодежды с помощьюмелких деталей; * средства выведения пятен в домашних условиях; * общие правила выведения чернильных, жирных и фруктовыхпятен, пятен от молока,мороженого, шоколада,кофе, крови, масляныхкрасок, следов горячего утюга и др.; * санитарно-гигиени­ческие требования и правила техники безопасно­сти при работе со средствами выведения пятен; * правила стирки изделий из тюля, трикотажа. | * 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. * пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки; * зашивать одежду по распоровшемуся шву; * подшить платье, брюки, рубашки. * подбирать моющие средства для стирки * ремонтировать разорванные места одежды: раз­ными видами штопки, на­кладыванием заплат; * стирать белое белье вручную и с помощью сти­ральной машины; * гладить одежду и белье. * стирать и сушить изделия из шерстяных и син­тетических тканей; * гладить блузки, рубаш­ки, платья * пользоваться журналом мод; * подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными осо­бенностями. * рационально выби­рать товары, учитывая их назначение и собственные возможности; * выводить пятна наодежде разными средствами; * стирать изделия изтюля и трикотажа. |
| **Питание** | |
| * значение питания; * правила безопасной работы режущи­ми инструментами; * виды блюд, не требующих тепловой обработки; * правила сервировки стола; * правила мытья посуды и уборки помещения. * - способы выбора доброкачественных продуктов; * приготовление каши, заварка чая, вар­ка яиц; * способы хранения продуктов и готовой пищи; * правила составления рецепта блюда * виды питания, их особенности; * значение первых, вторых блюд; * правила безопасности при использовании меха­нических и электробыто­вых приборов при приго­товлении пищи * виды теста; * способы приготовления изделий из теста; * способы заготовки про­дуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени * значение диетичес­кого питания; * особенности и важ­ности правильного пи­тания детей ясельного возраста; * названия и рецепты 1-2 национальных блюд. | * прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления; * нарезать хлеб, сырые и вареные ово­щи; * строго соблюдать правила безопас­ности работы режущими инструментами. * пользоваться нагревательными прибо­рами, строго соблюдать правила безопасности; * приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая правила безопасности; * составить рецепт блюда; * вымыть, вычистить посуду. * 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. * приготовить пресное те­сто и изделия из него - лапшу, печенье; * нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп; * заготовит ягоды без тепловой обработки; * записать рецепт соления, варенья, консервиро­вания. * 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** | |
| * родственные отношения в семье; * состав семьи, имена, отчества, фами­лии и возраст их. * место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких род­ственников; * как распределены хозяйственно-быто­вые обязанности между членами семьи; * свои права и обязанности в семье. * правила ухода за млад­шими детьми; * различные тихие и под­вижные игры, сказки, пе­сенки. * 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 * 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. | * записать имя, отчество, фамилию членов семьи; * выполнять правила поведения в се­мье. * выполнять определенные обязанности в семье. * рассказать о месте работы родителей, занимаемой должности, продуктивной деятельности. * 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 * купать, одевать, пеле­нать куклу; * кормить куклу из со­ски и с ложечки; * содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки. * 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** | |
| * 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. * правила поведения в зрелищных и куль­турно-просветительских учреждениях; * способы ведения разговора со старши­ми, сверстниками. * правила поведения: при встрече и расставании пра­вила поведения в гостях правила поведения при вручении и приема подар­ков * правила поведения юно­ши и девушки при знаком­стве в общественных мес­тах и дома, требования к внешнему виду молодых людей. * правила поведения в обществе * правила приема гостей (правила хозяев при встрече, * рас­ставании, во время ви­зита). | * следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя и стоя; * следить за своей походкой, жестику­ляцией; * правильно сидеть за столом, пользо­ваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу; * правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчи­ка и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях; * вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым. * культурно вести себя в театре, клубе, залах музея, читальном зале; * тактично и вежливо вести себя во вре­мя разговора со старшими и сверстни­ками * 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 * культурно и вежливо вести себя при знакомстве вкино, на танцах и т.д.), дома; * выбирать косметические средства, украшения, при­ческу, одежду, учитывая свой возраст, индивиду­альные особенности, для турпохода и посещения танцев. * встречать гостей, вежливо вести себя во время приема их; * анализировать по­ступки людей и давать им правильную оценку |
| **Жилище** | |
| * виды жилых помещений в городе и селе и их различие; * почтовый адрес своего дома и шко­лы; * правила организации рабочего мес­та школьника. * 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 * 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 * 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. * правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, осо­бенностей площади, на­значения комнат, нали­чия мебели); * требования к подбо­ру занавесей, светиль­ников и других деталей интерьера; * правила сохранения жилищного фонда. | * писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, теле­грамме, телеграфном переводе; * соблюдать порядок на рабочем сто­ле и во всем жилом помещении * производить сухую и влажную уборку помещения; * чистить электропылесосом ковры, книжные полки, батареи; * чистить мебель. * соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими сред­ствами, * 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 * мыть кафельные стены, чистить раковины; * пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни сануз­ла, ванны. * расставлять мебель в квартире (на макете); * подбирать детали ин­терьера. |
| **Транспорт** | |
| * основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; * наиболее рациональный маршрут проезда до школы; * варианты проезда до школы рацио­нальными видами транспорта; * количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; * правила передвижения на велосипеде. * виды междугороднего транспорта; * стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, еди­ного проездного билетов); * порядок приобретения билетов и тало­нов; * 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. * основные автобусные маршруты; * основные маршруты водного транспорта; * правила безопасной по­ездки на речном и морском виде транспорта * 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. | * 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 и обратно. * выбирать наиболее рациональные мар­шруты при передвижении по городу и селу; * ориентироваться в расписании движения пригородных поездов; * определять направление и зоны. * 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. * пользоваться расписа­нием; * определять стоимость проезда; * покупать билет; * обращаться за справкой; * выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобус­ном видах транспорта; * ориентироваться в расписании; * определять маршрут и выбирать транспортные средства; * выполнять правила бе­зопасности во время по­лета и правила поведе­ния в аэропорту. |
| **Торговля** | |
| * 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. * 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 др.) * 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. * 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 * виды ярмарок; * отличия ярмарки от рынка, магазина; * время и место проведе­ния ярмарок; * цены ярмарочных то­варов и их отличие отрыночных и магазинных | * 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. * 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 * найти нужные товары в отделах универмага или универсама; * приобретать товары с уче­том необходимости в по­требности их и финансовым возможностями * выбрать месторасполо­жения нужных товаров; * выбрать продукцию в со­ответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др,) * количества, цены * приобретенные уме­ния при покупке товаров в магазинах, на рынке пе­ренести самостоятельно в новые условия — яр­марки. |
| **Средства связи** | |
| * виды почтовых отправлений * перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке; * максимальный вес почтовых отправ­лений; * виды, и способы упаковок; * 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. * виды денежных переводов, их сто­имость; * виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик), их зна­чимость, необходимость; * стоимость услуг по каждому виду связи. | * заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки; * составить опись посылаемых пред­метов; * упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке; * определить стоимость почтовых от­правлений * заполнить бланк на отправку банде­роли, посылки; * составить опись посылаемых пред­метов; * упаковать бандероль, посылку в твердой упаковке; * определить стоимость почтовых отправлений * кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; * узнать время; * получить по телефону справку; * культурно разговаривать по теле­фону * заполнить почтовый и телеграфный перевод; * подсчитать стоимость денежных от­правлений; * оформить квитанции по оплате те­лефонных услуг. |
| **Медицинская помощь** | |
| * 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 * 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). * меры по предупреждению несчастных случаев в быту; * правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнеч­ного удара, обработки поврежденного участка кожи при ожоге, при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении; * приемы оказания помощи спасенно­му из водоема. * 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. | * записаться на прием к врачу; * вызвать врача на дом; * в экстренных случаях врачей «скорой помощи»; * приобрести лекарство в аптеке. * использовать лекарственные расте­ния при оказании первой помощи; * готовить настои, отвары из лекар­ственных растений; * обрабатывать раны, накладывать повязки. * оказать первую помощь при ожоге, обморожении; * оказать первую помощь утопающему. * 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** | |
| * виды детских учреждений и назначение; * адрес дома детского творчества; какие кружки, секции имеются в ДДТ и чем в них занимаются дети * местонахождение ближайшего про­мышленного или сельскохозяйственного предприятия; * название цехов, отделов, рабочих специальностей; * виды выпускаемой продукции * 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. * местонахождения предприятия бы­тового обслуживания населения; * какие виды услуг оно оказывает; * правила пользования услугами; * стоимость обслуживания; * профессии работников этого пред­приятия. | * обращаться к работникам ДДТ; * правильно вести себя на занятиях, в игротеке, в читальном зале; * соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах * обращаться с вопросами по теме эк­скурсии к работникам предприятия. * обращаться с вопросами и просьба­ми к работникам префектуры и других учреждений. * обращаться с вопросами и просьба­ми к работникам предприятий бытово­го обслуживания. |
| **Экономика домашнего хозяйства** | |
| * 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 | * 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. |
| **Трудоустройство** | |
| * 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. | * 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. |

1. **Содержание учебного предмета «Социально-бытовое ориентирование»**

**Личная гигиена.** Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета. Правила освещенности рабочего ме­ста. Правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за кожей рук, ног и ногтями.

О вреде курения, алкоголя, наркотиков и токсических веществ. Правила закаливания организма. Правила личной ги­гиены девушки и юно­ши. Правила ухода за ко­жей лица и волосами. Правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий и походов. Меры профилактики курения и алкоголизма.

**Одежда и обувь.** Виды одежды, обуви и их назначение. Правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, рези­ны, текстильных). Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электронагрева­тельными приборами и бытовыми химичес­кими средствами, правила стирки и суш­ки изделий из хлопчатобу­мажных тканей, одежды из шерстяныхи синтетических тканей. Особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользованиямоющими средствами. Санитарно-гигиеничес­кие требования и правила техники безопасности приремонте одежды и стирке вручную и с помощью стиральной машины. Последовательности особенности глаженияодежды и белья из различных тканей. Назначение прачечной, виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную. Правила пользования прачечной самообслуживания. Виды предприятий похимической чистке одеж­ды, их назначение. Правила подготовки вещей к сдаче в чистку. Размеры своих одеж­ды и обуви. Гарантийные срокиноски вещей. Правила возврата вещей. Способы обновленияодежды с помощьюмелких деталей. Средства выведения пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиени­ческие требования и правила техники безопасно­сти при работе со средствами выведения пятен.

**Питание.** Значение питания. Виды питания, их особенности. Правила безопасной работы режущи­ми инструментами, при использовании меха­нических и электробыто­вых приборов. Виды блюд, не требующих тепловой обработки. Правила сервировки стола. Правила мытья посуды и уборки помещения. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление различных блюд. Способы хранения продуктов и готовой пищи. Правила составления рецепта блюда. Значение первых, вторых блюд. Виды теста. Способы приготовления изделий из теста. Способы заготовки про­дуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени. Значение диетичес­кого питания. Особенности правильного пи­тания детей ясельного возраста. Названия и рецепты национальных блюд.

**Культура поведения.** Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя. Правила поведения при встрече и расставании, в гостях, при вручении и приеме подарков, за столом. Формы обращения с просьбой, воп­росом. Правила поведения в зрелищных и куль­турно-просветительских учреждениях. Способы ведения разговора со старши­ми, сверстниками. Правила поведения юно­ши и девушки при знаком­стве в общественных мес­тах и дома, требования к внешнему виду молодых людей. Правила поведения в обществе. Правила приема гостей (правила хозяев при встрече, рас­ставании, во время ви­зита).

**Жилище.** Виды жилых помещений в городе и селе и их различие. Почтовый адрес своего дома и шко­лы. Правила организации рабочего мес­та школьника. Гигиенические требования к жилому помещению. Правила и последовательность проведения сухой, влажной, регулярной и се­зонной уборки жилого по­мещения.Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при рабо­те с бытовыми электроприборами. Способы и периодич­ность ухода за окнами. Виды моющих средств, используемых при уборке. Правила топки печей и заготовки топлива. Правила ухода за мебе­лью в зависимости от её по­крытий. Правила и периодич­ность уборки кухни, сануз­ла, ванны. Санитарно-гигиеничес­кие требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, осо­бенностей площади, на­значения комнат, нали­чия мебели). Требования к подбо­ру занавесей, светиль­ников и других деталей интерьера. Правила сохранения жилищного фонда.

**Транспорт.**Основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе. Наиболее рациональный маршрут до школы. Правила передвижения на велосипеде.. Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, еди­ного проездного билетов). Порядок приобретения билетов и тало­нов. Функции железнодорож­ного транспорта. Тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, ку­пейный, мягкий). Примерная 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. Основные автобусные маршруты. Основные маршруты водного транспорта. Правила безопасной по­ездки на речном и морском виде транспорта. 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.

**Торговля.** Виды магазинов, назначение различных видов, их отделы и содержание продукции. Правила поведения в магазине. Правила покупки товаров, поведения в магазине и обще­ния с работниками магазина. Рынок, его виды, основные отличия его от магазина. Правила поведения на рынке, права покупателя на рынке. Виды ярмарок, отличия ярмарки от рынка, магазина. Время и место проведе­ния ярмарок, цены ярмарочных то­варов и их отличие отрыночных и магазинных.

**Средства связи.** Перечень предметов, посылаемых бандеролью в посылке. Максимальный вес почтовых отправлений. Виды, и способы упаковок. Виды почтовых отправлений. Виды телефонной связи. Правила пользования ими, телефон­ным справочником, периодичность оплаты телефона. Номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа. Виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефон­ной связью. Правила культурного краткого разго­вора. Виды денежных переводов, их сто­имость. Виды связи (сотовая, компьютерная, факс, пейджер, автоответчик). Их зна­чимость, необходимость, стоимость услуг по каждому виду связи.

**Медицинская помощь.**Способы вызова врача на дом. 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. Виды доврачебной помощи. Правила обработки раны и наложе­ния повязки. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, глистных заболеваний, переломов, инфекци­онных заболеваний. Правила и приемы ухода за больным; условие освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.

**Учреждения, организации и предприятия.** Виды детских учреждений и их назначение. Местонахождение ближайшего про­мышленного или сельскохозяйственного предприятия: название цехов, отделов, рабочих специальностей, виды выпускаемой продукции. 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. Местонахождения предприятия бы­тового обслуживания населения: какие виды услуг оно оказывает, правила пользования услугами, стоимость обслуживания, профессии работников этого пред­приятия.

Экономика домашнего хозяйства. Составные части бюджета семьи. 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.

**Трудоустройство.**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.

# Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема раздела основного содержания** | **Количество часов на изучение каждой темы** |
| **5 класс** | |
| Личная гигиена | 4 |
| Культура поведения | 4 |
| Семья | 2 |
| Одежда и обувь | 4 |
| Жилище | 3 |
| Транспорт | 3 |
| Торговля | 4 |
| Питание | 9 |
| Повторение | 1 |
| **Итого:** | **34** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема раздела основного содержания** | **Количество часов на изучение каждой темы** |
| **6 класс** | |
| Личная гигиена | 3 |
| Культура поведения | 3 |
| Семья | 2 |
| Одежда и обувь | 3 |
| Жилище | 4 |
| Медицинская помощь | 3 |
| Транспорт | 2 |
| Торговля | 3 |
| Средства связи | 3 |
| Питание | 4 |
| Учреждения, организации, предприятия | 3 |
| Повторение | 1 |
| **Итого:** | **34** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема раздела основного содержания** | **Количество часов на изучение каждой темы** |
| **7 класс** | |
| Личная гигиена | 2 |
| Культура поведения | 3 |
| Одежда и обувь | 10 |
| Жилище | 5 |
| Медицинская помощь | 4 |
| Семья | 2 |
| Транспорт | 1 |
| Торговля | 2 |
| Средства связи | 2 |
| Питание | 2 |
| Повторение | 1 |
| **Итого:** | **34** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема раздела основного содержания** | **Количество часов на изучение каждой темы** |
| **8 класс** | |
| Личная гигиена | 3 |
| Одежда и обувь | 2 |
| Питание | 6 |
| Семья | 2 |
| Культура поведения | 2 |
| Жилище | 2 |
| Транспорт | 3 |
| Торговля | 2 |
| Средства связи | 4 |
| Медицинская помощь | 4 |
| Учреждения, организации, предприятия | 2 |
| Экономика домашнего хозяйства | 2 |
| **Итого:** | **34** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема раздела основного содержания** | **Количество часов на изучение каждой темы** |
| **9 класс** | |
| Личная гигиена | 2 |
| Одежда и обувь | 4 |
| Питание | 4 |
| Семья | 3 |
| Культура поведения | 3 |
| Жилище | 2 |
| Транспорт | 2 |
| Торговля | 2 |
| Средства связи | 2 |
| Медицинская помощь | 3 |
| Учреждения, организации, предприятия | 1 |
| Профориентация и трудоустройство | 5 |
| Повторение | 1 |
| **Итого:** | **34** |