

ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 15» пос.Каскадный

ОБСУЖДЕНА И ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
Протоколом № 1  
«31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 1/21  
«01» сентября 2021 г.  
Директор Е.А. Даутхаджиева



**Адаптированная рабочая программа  
по предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»  
для обучающихся 6 класса  
(Вариант 1)  
на 2021-2022 учебный год**

Составители:  
Зайцева В.А.  
Проверил:  
зам. директора по УВР  
О.В. Лукашова  
Дата: 28.08.2021



## ОСЖ 6 класс

### 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке в 3 – 10 специальных (коррекционных) классах составлена на основе и согласно нормативно-правовым документам:

- Конвенции о правах ребенка;
- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189;
- [СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"](#), утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26;
- Учебного плана государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 15»;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида (М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000 год, под редакцией В.В. Воронковой, авторы В. И. Романова, Н. П. Павлова).
- Адаптированных основных общеобразовательных программ для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Рабочая программа по СБО в 3-4 «Г» и 10 классе разработана на основе Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений (М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000 год, под редакцией В. В. Воронковой, авторы В. И. Романова, Н. П. Павлова) и примерного тематического планирования уроков СБО по годам обучения (5-9

и 10 – 12 классы) (Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях: Пособие для учителя (Под ред. А. М. Щербаковой – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.)  
- годового учебного календарного графика на текущий учебный год.

### ***Структура документа.***

Рабочая программа по социально-бытовой ориентировке (СБО) представляет собой целостный документ, содержащий:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- общую характеристику учебного предмета;
- описание места учебного предмета в учебном плане;
- личностные и предметные результаты (возможные результаты) освоения учебного предмета;
- тематическое планирование;
- календарно-тематическое планирование;
- материально-техническое обеспечение образовательной деятельности;

Срок реализации программы 6 лет.

### **Общая характеристика предмета**

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования, подготовки выпускника специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений к жизни, активной трудовой деятельности.

Достижение такой цели обеспечивает вся система коррекционной учебно-воспитательной работы школы. Важнейший элемент этой системы – занятия по СБО. Специальные (коррекционные) занятия по СБО направлены на практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни, на формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня развития учеников, культуры поведения и отношений в семье.

Обучение учащихся в системе занятий по СБО носит предметно-практический характер, тесно связано как с жизнью и профессионально – трудовой подготовкой, так и с другими учебными дисциплинами.

### **Цель:**

- дать учащимся с ограниченными возможностями здоровья такие доступные знания, умения и навыки, которые помогут им в современных экономических условиях успешно интегрироваться в общество, адаптироваться в социуме и быту, реализоваться в жизни.

### **Задачи:**

- через обучение в системе СБО обеспечить практическую подготовку учащихся к самостоятельной жизни, повысить уровень социально – бытовой компетентности, сформировать культуру социально – нормативного поведения и отношений в семье и социуме;

- по возможности более полно скорректировать у учащихся недостатки психофизического развития (психические функции и познавательную деятельность);

-развивать коммуникативную функцию речи учащихся, обогащать активный словарь социально – бытовой терминологией;

- содействовать физическому развитию учащихся, прививать основы здорового образа жизни, умения противостоять вредным привычкам и негативному влиянию;

- формировать социально – нормативное поведение в семье и окружающей среде;

- формировать социальные ценности ученика: любовь к Отечеству, малой Родине, родным и близким, положительные личностные качества.

- воспитывать у учащихся работоспособность, трудолюбие, организованность, аккуратность, настойчивость, толерантность, умения жить и работать в коллективе.

*Межпредметные связи.* Занятия по СБО тесно связаны с уроками русского языка, чтения, математики, истории, обществоведения, географии, естествознания, физической культуры, изобразительного искусства, этики и трудового обучения.

### **Система организации социально - бытовой ориентировки**

Социально- бытовая ориентировка учащихся на уроке продолжается в системе внеклассной (ГПД) и внеурочной работы, практической деятельности в семье обучающихся.

*Структурные компоненты обучения:*

- целевой;

- потребностно-мотивационный;

- содержательный;

- операционно-деятельностный;

- эмоционально-волевой;

- контрольно-регулирующий;
- оценочно-результативный.

Программа по СБО составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Социально – бытовая подготовка в основной специальной (коррекционной) школе VIII вида складывается из следующих содержательных компонентов (точное название блоков):

- Личная гигиена;
- Одежда и обувь;
- Питание;
- Семья; Семейные отношения;
- Культура поведения;
- Жилище;
- Транспорт;
- Торговля;
- Средства связи;
- Медицинская помощь;
- Учреждения, организации и предприятия;
- Экономика домашнего хозяйства;
- Трудоустройство.

В процессе обучения соблюдаются принципы систематичности и последовательности. Программой предусматривается опора на имеющиеся у учащихся знания, умения и навыки с последующим формированием на их базе новых, за счет расширения и углубления ранее изучаемой темы. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими учащихся. В связи с этим учитель может исключить те или иные темы как неактуальные для нашего региона и внести новые. Последовательное изучение разделов и тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире.

*На уроках СБО учитывается дифференциация учащихся.*

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

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

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

### Планирование

Педагогическая деятельность учителя осуществляется на основе календарно – тематического планирования на учебный год. В плане указывается раздел, тема урока и его место в системе уроков, тип урока, отражаются межпредметные связи, словарная работа. План утверждается заместителем директора по учебно – воспитательной работе.

При проведении каждого занятия реализуются три основных группы взаимосвязанных задач:

- образовательные задачи, для выполнения которых учителю необходимо не только осуществлять, опираясь на специальные дидактические принципы, руководство познавательной деятельностью учащихся, но и стимулировать их учебно – познавательную деятельность, обеспечивать ее психолого – педагогическую поддержку. Каждый отдельный урок – это необходимая часть в общей непрерывной цепи уроков по определенной тематике. Этим обеспечивается его результативность;

- коррекционно - развивающие задачи предполагают целенаправленное развитие мышления, памяти, внимания, эмоционально – волевых качеств, трудоспособности. Каждый урок должен иметь коррекционно – развивающую направленность, способствовать « запуску» компенсаторных механизмов, что осуществляется на основе глубокого и всестороннего изучения особенностей и возможностей детей;

- воспитательные задачи – целенаправленное формирование позитивных качеств личности, мировоззрения, нравственных убеждений и эстетической культуры.

В практике преподавания СБО применяются традиционные и нетрадиционные уроки.

Дидактическая задача уроков СБО является основанием для выделения следующих типов уроков:

- вводный урок - подготовка учащихся к восприятию нового материала;

- урок формирования (сообщения) новых знаний, в ходе которого основное внимание уделяется изучению нового материала;

- урок формирования и закрепления умений и навыков(практическая деятельность);
- обобщающий (повторительно – обобщающий) урок, на котором систематизируется материал, изученный по отдельным темам и разделам;
- контрольный урок;
- комбинированный урок, на котором сочетаются различные виды деятельности.

Каждый урок имеет свою структуру, которая определяется соотношением и последовательностью частей, моментов, этапов урока, способствующих выполнению цели и решению поставленных задач.

*Общими элементами урока являются:*

- организация начала урока;
- проверка домашнего задания;
- подготовка учащихся к восприятию нового материала,выявление имеющихся знаний;
- постановка цели и задачи;
- объяснение нового материала;
- закрепление;
- повторение изученного материала;
- подведение итогов урока, оценка знаний, умений, навыков;
- сообщение домашнего задания, подготовка учащихся к самостоятельной работе над ним;
- присутствие на уроке здоровьесберегающих технологий (гимнастика для глаз, физ. пауза).

В процессе обучения применяются современные педагогические технологии. Наиболее эффективны - личноно – ориентированные технологии, которые характеризуются гуманистической и психотерапевтической направленностью, в центре находится личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития, реализация ее природных потенциалов.

### **Методы обучения.**

На уроках СБО применяется система методов обучения.

По источнику знаний:

- словесные;
- наглядные;
- практические.

По характеру познавательной деятельности учащихся:

- объяснительно – иллюстративный;
- репродуктивный;-



частично – проблемный;

частично – поисковый.

По дидактическим целям:

- изложение новых знаний;

- повторение;

-закрепление;

- контроль.

Наиболее эффективны методы:

-устный рассказ учителя (формы: без использования наглядных пособий, с использованием наглядных пособий, с использованием технических средств обучения);

-беседа (предполагает вопросно – ответную форму обучения), способствует созданию условий для активной мыслительной деятельности учащихся, побуждает их к самостоятельным выводам;

-метод объяснительного чтения. Книга, печатный текст различных инструкций помогают закрепить знания. На уроках с использованием объяснительного чтения учащиеся приобретают общеобразовательные знания и, в связи с этим, накапливают запас слов, развивают речь и мышление;

-экскурсии (вводные, текущие, итоговые) дают возможность учащимся наблюдать мир таким, каков он есть, в естественной обстановке. Подготовка и проведение экскурсий требуют от учителя тщательного проектирования каждого этапа: от начала – до закрепления;

- сюжетно – ролевые и режиссерские игры – один из ведущих методов обучения. Они проводятся в основном на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения;

-практические работы: коллективные (бригадные) и индивидуальные;

- лабораторный метод применяется не столь часто, но недооценивать его значения нельзя при проведении, к примеру, наблюдений результатов:- выведение пятен; обезжиривание посуды; замачивание белья и др.

- упражнения в виде записей и графических работ(в ходе занятий учащиеся делают записи и зарисовки, которые помогают им лучше осознать и запомнить материал);

-упражнения в применении знаний, полученных в процессе обучения на практике;

- методы проверки знаний.

На уроках СБО используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, диафильмов и др. Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на использовании интерактивных форм обучения, информационных технологий, с опорой на практический материал из повседневной жизни, на положительные примеры из литературных произведений, окружающей семьи ученика.

## **Система контроля знаний, умений и навыков**

Знания, умения и навыки учащихся оцениваются по 5-ти бальной системе.

Контроль осуществляется учителем путем бесед, устного и письменного опроса, тестирования.

### **Виды опроса:**

- устный;
- письменный;
- индивидуальный;
- фронтальный;
- уплотненный и выборочный;
- по пройденному учебному материалу;
- по новому материалу.

Тестовый контроль проводится по итогам определенных четвертных, годовых отрезков времени, а также по отдельным темам и разделам программы.

### **Оценка устных и письменных работ:**

- оценка «удовлетворительно» - выполнено от 40 до 50 % заданий;
- оценка «хорошо» - от 50 – до 90% заданий;
- оценка «отлично» при выполнении 90 - 100% заданий.

При выполнении заданий ниже 40 % выставляется оценка «неудовлетворительно».

По итогам учебного года проводятся контрольные работы.

Учитель отслеживает не только уровень теоретических знаний ученика, но и уровень сформированности практических умений и навыков, и основным критерием здесь выступает качество выполнения задания.

Обязательные результаты обучения представлены в Требованиях к уровню подготовки и задают систему итоговых результатов обучения, которых должны достигать все учащиеся, оканчивающие специальную (коррекционную) школу VIII вида и достижение которых является обязательным условием положительной аттестации ученика за курс специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида.

Эти требования структурированы по двум компонентам: «знать/понимать», «уметь» использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни. Эти компонента представлены отдельно по каждому из разделов содержания.

## **Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы у детей должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

В течение десяти лет обучения в школе учащиеся с ограниченными возможностями здоровья должны овладеть следующим минимумом жизненно значимых умений в области бытового труда.

В сфере организации питания:

- различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жареном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом.

В сфере ухода за телом:

- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;
- пользоваться дезодорантом;
- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

В сфере ухода за одеждой и обувью:

- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;

- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, вдевать резинку в пояс предметом одежды, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;

В сфере ухода за жилищем:

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;
- пользоваться механической щеткой для чистки ковровых покрытий; вытряхивать половики;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);

Начиная с пятого класса, учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями сферы обслуживания населения. В процессе обучения у детей формируются следующие жизненно значимые умения:

- ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);
- различать (узнавать) эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.
- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения способам проведения досуга. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр) и местами отдыха (парк). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения парка, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 6 класса, учащиеся постепенно готовятся к семейной жизни. Семья – это макросоциальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и социально значимые умения:

- называть свою фамилию, имя, отчество, возраст, адрес;
- называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
- определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
- ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
- планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семье за месяц, планировать расходы;
- называть правила ухода за маленькими детьми в семье;
- приглашать и принимать гостей;
- поздравлять с праздником;
- называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Содержание раздела «Трудоустройство» (9 класс.) направленно на ориентировку учащихся:

- называть основные документы гражданина РФ.
- называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;
- оформлять документы (заявление, анкета);
- ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

### **Материально – техническое обеспечение учебного процесса.**

Занятия по СБО проводятся в специальном кабинете, состоящем из учебного класса и « жилого комплекса», включающего жилую комнату, кухню, ванную комнату, подсобное помещение. В кабинете СБО есть все необходимое для обеспечения учебного процесса, выполнения в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

## 6 КЛАСС (34 часа)

1. Личная гигиена – 3 часа
2. Одежда. Обувь – 4 часа
3. Торговля -2 часа
4. Питание – 6 часов
3. Семья – 2 часа
4. Культура поведения – 2 часов
5. Жилище – 4 часов
6. Транспорт– 3 часа
9. Средства связи –3 часа
10. Медицинская помощь –3 часа
11. Учреждения – 2 часа

### ТЕМАТИКА.

#### ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА.

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания. Правила и приемы выполнения воздушных процедур, солнечных, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения: контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство.

Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач: освещенность, расстояние, упражнения и время отдыха глаз.

Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых.

Практические работы.

Просмотр учебных фильмов о вреде курения и алкоголя Обтирание тела, принятие душа, солнечных и воздушных процедур. Комплекс утренней зарядки. Уход за глазами.

#### ОДЕЖДА. ОБУВЬ.

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке:

- правила пришивания пуговиц. Вешалок, крючков. Петель. Зашивание распоровшегося шва. Правила и приемы ручной стирки изделий из х\б тканей.

Глажение фартуков, косынок, носовых платков и др.

Практические работы.

Пришивание пуговиц, крючков и петель, зашивание распоровшегося шва, стирка и глажение изделий из хлопчатобумажной ткани вручную, соблюдение правил Т.Б.

ПИТАНИЕ.

Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Практические работы.

Экскурсия в продуктовый магазин, знакомство с отделами и видами товаров, гарантийный срок, проверка чека и сдачи.

Приготовление каши, вареных яиц, картофеля, чая оформление готовых блюд. Мытье посуды с применением химических моющих средств. Соблюдение правил Т. Б. . Составление рецепта приготовления собственного блюда.

СЕМЬЯ.

Место работы каждого члена семьи. Занимаемая должность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Практические работы.

Родственные отношения в семье. Запись сведений о семье.

Культура поведения.

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

Практические работы.

Сюжетная игра «Посещение театра». Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

ЖИЛИЩЕ.

Гигиенические требования к жилому помещению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.

Практические работы.

Сухая и влажная уборка помещений, пользование пылесосом и уход за ним. Соблюдение правил Т.Б.

ТРАНСПОРТ.

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый проездной, проездной единый билет). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы. В разные точки города.

Пригородные поезда. Расписание. Направления. Разовые и сезонные билеты.

Экскурсии.

Экскурсия на вокзал.

Практические работы.

Определить пункт назначения, стоимость проезда на пригородном поезде.

## ТОРГОВЛЯ.

Магазины промышленных товаров и их отделы: ткань, обувь, одежда, галантерея, книги и т.д.

Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книги»: словари, учебники, детская литература и т. д. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека, для возможного обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Практические работы.

Экскурсия в магазин промышленных товаров, знакомство с отделами и видами товаров, ценой продаваемой продукции, гарантийным сроком; приобретение доступного товара.

## СРЕДСТВА СВЯЗИ.

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма).

Виды писем. Международные и на территории своего государства. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки.

Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Практические работы.

Экскурсия на почту - телеграф.

Написание адреса на почтовых конвертах, на открытках и телеграмме. Составление текста письма и телеграммы.

Определить стоимость телеграммы простой, на художественном бланке, срочной.

## МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ.

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений.

Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация.

Меры предупреждения глистных заболеваний.

Практические работы.

Экскурсия в аптеку для знакомства с отделами, с видом отпуска товара: по рецепту, без рецепта, готовых и на заказ лекарств и медицинского оборудования.

## УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ



Дошкольные учреждения – детский сад с ясельной группой и без нее; - учебно – воспитательный комплекс (УВК), дом детского творчества, гимназия, лицей, школа, колледж, учреждения дополнительного образования: дом детского технического творчества, Центр эстетического воспитания молодежи и др. и их назначение.

Практические работы.

Экскурсия в дом детского творчества для ознакомления с видами кружков.

### **Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.**

Учащиеся должны знать:

Личная гигиена.

Правила закаливание организма, правила обтирания, правила соблюдения личной гигиены во время физических упражнений, походов, правила ухода за ногами. О вреде наркотиков и токсических веществ.

Одежда. Обувь.

Санитарно – гигиенические требования и правила Т. Б. при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами. Правила стирки изделий из х\б и шелковых тканей.

Культура поведения.

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

Питание.

Способы выбора доброкачественных продуктов. Способы первичной и тепловой обработки круп, молока и молочных продуктов, овощей; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него, правила составления рецепта блюда.

Средства связи.

Основные средства связи; виды почтовых отправок, стоимость почтовых услуг при отправлении писем, виды телеграфных услуг.

Медицинская помощь.

Виды медицинской помощи, функции основных врачей-специалистов, способы вызова врача на дом, меры по предупреждению глистных заболеваний, о вреде самолечения. Состав домашней аптечки.

Семья.

Состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, права и обязанности в семье, правила поведения в семье.

Жилище.

Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно – гигиенические требования, правила пользования электропылесосом, Т. Б. при работе с электропылесосом.

Транспорт.

Основные транспортные средства, виды междугороднего транспорта, стоимость проезда во всех видах транспорта, порядок приобретения билетов и талонов.

Торговля.

Основные виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы, виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров, правила поведения в магазине.

Учреждения.

Виды детских учреждений и их назначение, адрес ДДТ.

Учащиеся должны знать:

Слова, обозначающие понятия, указанные в программе, названия предметов и материалов, используемых в работе и действия с ними.

Учащиеся должны уметь:

Личная гигиена.

Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна испробовать наркотики, токсические вещества.

Культура поведения.

Культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий. Тактично и вежливо вести себя во время разговора.

Питание.

Пользоваться нагревательными приборами, соблюдать правила Т. Б.

Приготовить кашу, сварить картошку, заварить чай, строго соблюдая санитарно- гигиенические нормы и правила Т. Б.

Оформлять готовые блюда, сервировать стол. Вымыть, вычистить посуду.

Семья.

Рассказать о месте работы родителей. Выполнять определенные обязанности в семье.

Жилище.

Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить электропылесосом ковры, батареи, книжные полки, чистить мебель, соблюдать правила техники безопасности при работе с электроприборами и химическими средствами.

Средства связи.

Находить по справочнику индекс предприятий связи, записывать адреса с индексом на конвертах, составлять различные тексты телеграмм, заполнять телеграфные бланки.

Медицинская помощь.

Записываться на прием к врачу, вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке.

Одежда. Обувь.

Пришивать пуговицы, крючки, кнопки, зашивать одежду. Подшивать платья, брюки, рукава. Подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия из цветных х\б тканей.

Транспорт.

Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании движения транспорта. Ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны, пользоваться кассой-автоматом при покупке билетов на пригородные поезда.

Торговля.

Выбрать нужный товар, определить срок гарантии, обращаться к продавцу, кассиру, вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя.

Учреждения.

Обращаться к работникам ДДТ, правильно вести себя в учреждениях.

## Календарно-тематическое планирование уроков СБО 6 класс

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов	Стр.	Словарь	Цели урока	Домашнее задание
<b>Личная гигиена</b>							
1	Значение закалывание организма для общего состояния здоровья человека. Способы закалывания, правила и приёмы выполнения воздушных процедур, солнечных ванн, физ. упр. ( зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). О БЖ при выполнении закалывания организма.		1		воздушные ванны, гигиена, закалывание, контрастный душ, обтирание, сезонная одежда	Сформировать у учащихся знания о значении закалывания. Познакомить с правилами и приемами закалывания организма.	Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук; выполнение физических упражнений, утренняя зарядка; выбор сезонной одежды, головного убора, обуви.
2	Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы коррекции зрения. Уход за глазами. Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач, освещённость, расстояние между глазами и объектом.		1		Пипетка. Коррекционные очки. Линзы.	Научить правилам и приемам ухода за органами зрения.	Правила освещенности, чтения и письма.
3	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на организм детей и взрослых.		1		Здоровье. Зависимость.	Доказать то, какой вред наносит организму детей и взрослых наркотические и токсические вещества.	Рисунок «Нет наркотикам!»
<b>Одежда и обувь</b>							
4	Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке.		1		Игла ручная. Пуговица. Игольница.	Систематизировать знания учащихся о значении опрятного вида человека, о правилах поддержания в порядке одежды, обуви, головных уборов.	Значение опрятного вида человека. Правила поддержания одежды в порядке.
5	Правила и способы подшивания брюк, юбок, зашивания		1		Ножницы. Наперсток.	Сформировать умения и навыки мелкого ремонта	Виды швов. Виды пуговиц,

	распоровшегося шва. Виды швов. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва).				Шов. Нитковдеватель.	одежды, соблюдению правил безопасного пользования оборудованием для шитья.	правила пришивания пуговиц.
6	Правила и приемы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.		1		Ситец. Стиральный порошок. Хозяйственное мыло.	Сформировать умения и навыки ручной стирки х/б изделий.	Правила и приёмы ручной стирки.
7	Правила и приёмы глажения изделий из х\б тканей ( фартуков, косынок, салфеток и др) Утюг. Гладильная доска.		1		Утюг. Гладильная доска. Утюжка.	Сформировать умения и навыки работы с утюгом и соблюдения правил техники безопасности.	Правила и приёмы глажения изделий из х\б тканей
<b>Питание</b>							
8	Гигиена приготовления пищи. Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, моющими средствами, электрической и газовой плитой, посудой. Экскурсия в школьную столовую.		1		Кухонный инвентарь. Сковорода. Кухонные приборы. Столовая посуда.	Систематизировать знания о гигиене питания. Познакомить с кухонным инвентарем, посудой, приборами, техникой.	Правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, моющими средствами, плитой.
9	Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных. Подготовка продуктов к приготовлению: мытьё, чистка, нарезка. Составление и чтение рецептов блюд.		1		Кондиция. Овощерезка. Овощечистка. Рецепт блюда. Филе. Фарш.	Сформировать умения и навыки выбора доброкачественных продуктов. Научить правилам подготовки продуктов к приготовлению пищи.	Способы выбора доброкачественных продуктов. Правила подготовка продуктов к приготовлению
10	Приготовление пищи с минимальной тепловой обработкой на электроплите. Нормы, правила, техника безопасности, санитарно-гигиенические требования. Отваривание яйца вкрутую.		1		Яйцо. Электроплита. Чай.	Систематизировать и расширить знания учащихся о блюдах с минимальной тепловой обработкой. Научить технологии отвариванию яиц.	Правила техники безопасности при работе с плитой. Технология отваривания яиц.
11	Приготовление блюд из круп, макаронных изделий. Практическая работа «Каша на молоке».		1		Крупа. Макаронны. Спагетти.	Сформировать знания учащихся о приготовлении блюд из круп, макаронных	Виды круп. Технология приготовления

	Санитарно-гигиенические нормы, правила техники безопасности.				Молоко.	изделий.	каши на молоке.
12	Блюда из картофеля. Картофельное пюре, картофель жаренный, картофель в мундире.		1		Картофель. Пюре. Картофель в «мундире».	Систематизировать и расширить знания учащихся о картофеле и блюдах из него.	Виды блюд из картофеля.
13	Блюда из картофеля. Картофельное пюре, картофель жаренный, картофель в мундире		1		Чипсы. Фритюрница. Сковорода.	Научить готовить картофельное пюре и картофель жаренный.	Технология приготовления пюре.
<b>Семья</b>							
14	Семья. Родственные отношения в семье. Место работы, учебы каждого члена семьи, занимаемая должность, продуктивная деятельность; имена, отчества, возраст. - Социальный паспорт семьи.		1		Фамилия. Отчество.	Систематизировать и расширить знания учащихся о родственных отношениях в семье, о составе семьи, об имени, отчестве, фамилии и возрасте членов семьи, месте работы, учебы.	Родственные отношения в семье.
15	Права и обязанности каждого члена семьи по выполнению хозяйственно-бытовых и др. нужд. Права и обязанности детей в семье. Российская Конституция о семье и праве.		1		Конституция РФ. Права. Обязанности.	Познакомить учащихся с Конституцией РФ, с законами о семье и праве.	Права и обязанности каждого члена семьи
<b>Культура поведения</b>							
16	Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке, клубе, дискотеке, в актовом зале школы). - Сюжетно-ролевая игра «Посещение театра» подготовка и проведение силами учеников.		1		Театр. Музей. Библиотека. Кинотеатр.	Систематизировать и расширить знания учащихся о правилах поведения в общественных местах.	Правила поведения в общественных местах
17	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Нормы и правила. - Моделирование ситуации по теме «Учимся общаться».		1		Этикет. Субординация. Взаимопонимание. Вежливость.	Сформировать знания учащихся о вежливости и такте, нормах и правилах разговора.	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Нормы и правила.

<b>Жилище</b>							
18	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. - Средства гигиены по уходу за жильём. Знакомство, чтение инструкций. Меры безопасности.		1		Инструкция. Инвентарь.	Систематизировать и расширить знания учащихся о гигиене жилого помещения и мерах безопасности при использовании средств.	Гигиенические требования к жилому помещению.
19	Повседневная сухая уборка квартиры. Пылесос. Правила пользования. Меры безопасности. Правила и последовательность сухой уборки помещения. Санитарно-гигиенические нормы. Техника безопасности.		1		Пылесос. Инструкция. Инструктаж.	Систематизировать и расширить знания учащихся о пылесосе. Познакомить с правилами техники безопасности при работе с пылесосом.	Правила пользования пылесосом, техника безопасности при работе с пылесосом.
20	Влажная уборка помещения. Правила и последовательность проведения. Санитарно-гигиенические нормы. Техника безопасности. Уборка помещения. Мытьё зеркал, окон. Утепление.		1		Зеркало. Окно.	Систематизировать и расширить знания учащихся о влажной уборке помещения, познакомить с мытьем зеркал, окон.	Правила техники безопасности при мытье окон, зеркал.
21	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка). Средства ухода за мебелью. Техника безопасности. Санитарно-гигиенические требования. Чистка мебели (сухая, влажная).		1		Диван. Шкаф. Кресло. Софа. Полироль.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах мебели и уходе за мебелью.	Правила ухода за различными видами мебели.
<b>Транспорт</b>							
22	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Льготы. Культура поведения. ОБЖ. Виды междугороднего транспорта.		1		Автобус. Троллейбус. Остановка.	Систематизировать и расширить знания учащихся о пользовании городским транспортом.	Виды городского транспорта, правила пользования.
23	Наиболее рациональные маршруты передвижения из школы до дома, в разные точки города, поселка, в				Трамвай. Проездной билет.	Систематизировать и расширить знания учащихся о движении	Рациональные маршруты передвижения

	ближайшие населенные пункты.					транспорта в разных районах города.	транспорта по городу.
24	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.		1		Вокзал. Расписание. Электропоезд.	Систематизировать и расширить знания учащихся о электропоезде.	Правила безопасности на транспорте.
<b>Торговля</b>							
25	Магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата, чек. Хранение чека для возможности обмена товара. Знакомство с содержанием «Уголка покупателя».		1		«Уголок покупателя». Стоимость. Сдача.	Систематизировать и расширить знания учащихся о магазинах промышленных товаров, правилах покупки.	Виды магазинов. Правила покупки.
26	Специализированные магазины промышленных товаров. Приобретение товаров их стоимость. Проверка чека, сдача, гарантийный срок		1		Чек. Гарантия.	Систематизировать и расширить знания учащихся о специализированных магазинах.	Виды специализированных магазинов.
<b>Средства связи</b>							
27	Основные средства связи: почта, телеграф, телефон, компьютер. Их назначение. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Написание письма и почтового адреса (на конверте).		1		Компьютер. Телеграф. Телефон. Тариф.	Систематизировать и расширить знания учащихся об основных средствах связи.	Основные средства связи: почта, телеграф, телефон, компьютер.
28	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Составление текста телеграммы. Определение стоимости телеграммы простой, на художественном бланке		1		Телеграмма. Бланк.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах телеграфных услуг.	Виды телеграмм и телеграфных услуг.
29	Почта. Телеграф. Виды писем (международные, на территории России, на территории Ближнего Зарубежья). Порядок отправки писем, телеграмм различных видов. Тарифы.		1		Марка. Открытка. Опись. Оператор.	Систематизировать и расширить знания учащихся о видах писем и порядке их отправления.	Виды писем. Порядок отправки писем, телеграмм.
<b>Медицинская помощь</b>							



30	Система медицинской помощи населению. Виды помощи: врачебная, доврачебная. Виды медицинских учреждений. Виды врачебной помощи: помощь на дому, скорая помощь, амбулаторный приём, госпитализация.		1		Диспансер. Поликлиника. Амбулаторное лечение.	Систематизировать и расширить знания учащихся о системе медицинской помощи населению, видах мед. учреждений.	Виды медицинских учреждений. Виды врачебной помощи.
31	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки и др.		1		Отоларинголог. Регистратор. Провизор. Лаборант. Санитар.	Систематизировать и расширить знания учащихся о работах мед. учреждений и их назначении.	Работники медицинских учреждений и их назначение..
32	Аптека. Отделы. Виды отпуска товара: по рецепту, безрецептурный, готовые лекарства, на заказ. Медицинское оборудование: термометр, пипетка, мерный стакан, фонендоскоп и др.		1		Рецепт. Микстура. Суспензия. Фармацевт. Термометр.	Систематизировать и расширить знания учащихся об аптечной системе и правилах пользования ею.	Отделы аптеки. Виды отпуска товара.
33	Глистные заболевания. Меры профилактики. Вред самолечения.		1		Аскариды. Лекарство.	Сформировать знания учащихся о глистных заболеваниях и их профилактике.	Профилактика глистных заболеваний.
<b>Учреждения, организации и предприятия</b>							
34	Учреждения дошкольного, школьного, дополнительного образования детей: дом детского творчества (ДДТ), детско-юношеский центр (ДЮЦ) и их назначение		1		Дворец творчества. Дом культуры. Центр развития.	Систематизировать и расширить знания учащихся о назначении учреждений образования.	Виды учреждений дошкольного, школьного и дополнительного образования.
35	Дом Детского Творчества. Отделы. Кружки. Секции.		1		Секция. Кружок. Студия.	Систематизировать и расширить знания учащихся о кружках, секциях и правилах пользования.	Виды творческих направлений.
36	Итоговый урок.		1			Повторительно-	

						обобщающий урок по разделу СБО,	
--	--	--	--	--	--	------------------------------------	--