

Красновская средняя общеобразовательная школа  
филиал Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
Исетской средней общеобразовательной школы № 2  
Исетского района Тюменской области

ПРИНЯТО:

Решением ШМО  
развивающего цикла  
Протокол №1 от 26 августа 2021 г.

СОГЛАСОВАНО:

с заведующей УЧ  
*Щапина Л.В.*  
от 27 августа 2021 г.

**АДАптированная рабочая программа  
основного общего образования  
(обучение на дому)**

Предмет – Социально-бытовая ориентировка

Класс – 9класс

Учитель – Щапина Лариса Витальевна

Квалификационная категория - первая

2021-2022 учебный год

## Планируемые результаты изучения предмета

Название раздела	Предметные результаты	
	Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь
Личная гигиена	- правила личной гигиены;	- соблюдать правила личной гигиены, соблюдать ЗОЖ;
Одежда и обувь	- виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов;	- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону; стирать, сушить и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к хранению, чистить кожаную обувь;
Питание	- способы выбора доброкачественных продуктов, способы хранения продуктов и готовой пищи; правила составления рецепта блюда;	- пользоваться приборами и режущими инструментами, строго соблюдать правила безопасности; приготовить простые блюда, сервировать стол;
Семья	- родственные отношения в семье, состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст, как распределены хозяйственно-бытовые обязанности между членами семьи;	- записать имя, отчество, фамилию членов семьи, выполнять правила поведения в семье, выполнять определенные обязанности в семье, ухаживать за маленькими детьми;
Культура поведения	- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях, на улице, в гостях, способы ведения разговора со старшими, сверстниками;	- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома; - выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев.

Жилище	- гигиенические требования к жилому помещению, последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;	- производить сухую и влажную уборку помещения, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
Транспорт	- виды транспорта, правила покупки билетов, поведения в транспорте;	- соблюдать правила безопасности во время поездки на различных видах транспорта, купить билет на транспорт, составить маршрут поездки;
Торговля	- правила поведения в магазине, правила покупки товаров;	- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты; оплатить, проверить чек и сдачу;
Средства связи	- основные средства связи, виды почтовых отправлений;	- оформлять бланки почтовых отправлений, упаковать посылку, культурно разговаривать по телефону;
Медицинская помощь	- меры по предупреждению заболеваний, правила оказания доврачебной помощи;	- вызвать врача, приобрести лекарство в аптеке, оказать первую помощь при ожоге, обморожении, оказать первую помощь утопающему;
Учреждения, организации и предприятия	- виды учреждений, их местонахождение и назначение;	- обращаться с вопросами и просьбами к работникам учреждений;
Экономика домашнего хозяйства	- составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, стоимость крупных покупок, правила экономии, виды и цели сбережений;	- подсчитать бюджет семьи, подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день, снимать показатели счетчика, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;
Трудоустройство	- учреждения и отделы по трудоустройству, виды документов, необходимых для поступления на работу, правила перехода родной работы на другую, перечень основных	- 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

	деловых бумаг и требования к их написанию.	отпуска и другого содержания, автобиографию, заполнить анкету, составить заявки на материалы, инструменты, написать расписку, докладную записку.
--	--	--

### Содержание учебного предмета

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
Личная гигиена	О необходимости поддержания физического здоровья. О современных спортивных увлечениях: фитнесе, шейпинге, бодибилдинге, бесконтактных единоборствах, ритмической гимнастике и т.п.; о вреде курения для курящих и окружающих; о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки.	2 часа
Одежда и обувь	О стиле одежды и моде; о средствах выражения индивидуальности; определение собственных размеров одежды; гарантийные сроки носки, правила возврата; определение собственных размеров обуви; гарантийные сроки носки, правила возврата; способы обновления одежды с помощью мелких деталей; выведение пятен в домашних условиях, со строжайшим соблюдением безопасности;	8 часов
Питание	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности в процессе приготовления пищи; составление меню на день, неделю для ребенка ясельного возраста; особенности и важность правильного питания детей ясельного возраста; запись рецепта наиболее характерного национального блюда; составление меню; составление меню праздничного стола и сервировка его;	8 часов
Семья	О порядке и условиях заключения и расторжения брака; об основах семейных отношений, семейных традиций; о морально-этических нормах взаимоотношений в семье; о распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.	6 часов
Культура поведения	Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку; Выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье; оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся.	4 часа

Жилище	Интерьер. Упражнение в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.	4 часа
Транспорт	О назначении авиатранспорта. Выбрать пункт назначения. Определить номер рейса самолета, стоимость билета. Рассчитать средства с учетом дополнительных затрат от аэропорта до города	4 часа
Торговля	Отделы рынка; цены на отдельные товары; виды ярмарок; отличия ярмарки от рынка, магазина; время и место проведения ярмарок; цены ярмарочных товаров их отличие от рыночных и магазинных. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями; вежливое обращение к продавцу; подсчет стоимость покупок. О назначении ярмарки, рынка, их отличия от магазина комиссионной торговли, скупки, уцененной торговли. Участие в школьной ярмарке; Посещение отделов магазина - распродажи товаров по сниженным ценам.	5 часов
Средства связи	Современные виды связи; виды денежных переводов, их стоимость; заполнение бланков на отправление денежного перевода, почтового и телеграфного.	4 часа
Медицинская помощь	Сюжетная игра - больной в доме. Уход за ним: измерение температуры и запись, чтение инструкции показаний и применения лекарства, составление графика приема; организация столика у постели больного, ставить горчичники на кукле.	3 часа
Учреждения, организации и предприятия	Местонахождения предприятия бытового обслуживания населения; какие виды услуг оно оказывает; правила пользования услугами; стоимость обслуживания; профессии работников этого предприятия.	4 часа
Экономика домашнего хозяйства	Правила экономии (учёт реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.); виды и цели сбережений; порядок помещения денег в сберкассу; виды кредита, порядок его оформления; виды страхования; упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства.	7 часов
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; составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заполнение анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки. Охрана труда несовершеннолетних.	9 часов
<b>Итого</b>		<b>68 часов</b>

## Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

Целевым приоритетом на уровне ООО является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников и, прежде всего, ценностных отношений:

1. к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
2. к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
3. к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
4. к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
5. к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
6. к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
7. к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
8. к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
9. к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
10. к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

№ п/п	Тема урока	Количество час	Целевые приоритеты воспитания
<b>Раздел 1. Личная гигиена</b>		<b>2</b>	
1.	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека.	1	
2.	Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1	

<b>Раздел 2. Одежда и обувь</b>		<b>8</b>	
<b>3.</b>	Стиль в одежде, мода.	1	
<b>4.</b>	Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности <b>ПВ «Выбираю свой стиль одежды»</b>	1	9,10
<b>5.</b>	Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением.	1	
<b>6.</b>	Выбор обуви при покупке в соответствии с назначением.	1	
<b>7.</b>	Варианты обновления одежды (теория )	1	
<b>8.</b>	Варианты обновления одежды (замена мелких деталей).	1	
<b>9.</b>	Средства и правила выведения мелких пятен на одежде. <b>ТБ Практическая работа.</b>	1	
<b>10.</b>	Строжайшее соблюдение техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. <b>Практическая работа.</b>	1	
<b>Раздел 3. Питание</b>		<b>8</b>	
<b>11.</b>	Санитарно-гигиенические требования в процессе приготовления пищи.	1	
<b>12.</b>	Санитарно-гигиенические требования в процессе приготовления пищи.	1	
<b>13.</b>	Рецепты приготовления блюд для детей ясельного возраста	1	
<b>14.</b>	Рецепты приготовления блюд для детей ясельного возраста	1	
<b>15.</b>	Рецепты приготовления национальных блюд. (теория)	1	
<b>16.</b>	Рецепты приготовления национальных блюд. <b>Практическая работа</b>	1	
<b>17.</b>	Составление меню и сервировка праздничного стола (теория)	1	
<b>18.</b>	Составление меню и сервировка праздничного стола. <b>Практическая работа.</b>	1	
<b>Раздел 4. Семья</b>		<b>6</b>	
<b>19.</b>	Российская семья. Условия создания семьи.	1	

20.	Условия создания семьи, основы семейных отношений, семейные традиции	1	
21.	Взаимоотношения в семье.	1	
22.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. <b>Практическая работа.</b>	1	
23.	Семейные ситуации.	1	
24.	Формы организации досуга, отдыха в семье. <b>ПВ «Наш совместный семейный отдых»</b>	1	1,4,8
<b>Раздел 5. Культура поведения</b>		<b>4</b>	
25.	Традиции культуры	1	
26.	Традиции культуры поведения в современном обществе. <b>Практическая работа.</b>	1	
27.	Соседи. Правила общежития	1	
28.	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми	1	
<b>Раздел 6. Жилище</b>		<b>4</b>	
29.	Рациональная расстановка мебели в квартире. <b>Практическая работа.</b>	1	
30.	Интерьер.	1	
31.	Сохранение жилищного фонда	1	
32.	Повторение и обобщение знаний по теме «Жилище»	1	
<b>Раздел 7. Транспорт</b>		<b>4</b>	
33.	Назначение авиатранспорта.	1	
34.	Аэровокзал. Маршруты.	1	
35.	Порядок приобретения билета и их возврата.	1	
36.	Стоимость проезда.	1	
<b>Раздел 8. Торговля</b>		<b>5</b>	
37.	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания	1	

38.	Рынок. Отделы рынка.	1	
39.	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами	1	
40.	Скупка вещей у населения.	1	
41.	Ярмарки. Их виды, время и место проведения	1	
<b>Раздел 9. Средство связи</b>		<b>4</b>	
42.	Виды связи.	1	
43.	Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.	1	
44.	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов. <b>ПВ «Интернет-покупки»</b>	1	10
45.	Посылки. Правила упаковки и отправления. <b>Практическая работа.</b>	1	
<b>Раздел 10. Медицинская помощь</b>		<b>3</b>	
46.	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	1	
47.	Уход за больным. <b>Практическая работа.</b>	1	
48.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1	
<b>Раздел 11. Учреждения, организации и предприятия</b>		<b>4</b>	
49.	Предприятия бытового обслуживания.	1	
50.	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.	1	
51.	Виды оказываемых услуг.	1	
52.	Профессии работников предприятия <b>Практическая работа.</b>	1	
<b>Раздел 12. Экономика домашнего хозяйства</b>		<b>7</b>	
53.	Расходы на удовлетворение культурных потребностей	1	

54.	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	1	
55.	Экономия в домашнем хозяйстве. <b>Практическая работа.</b>	1	
56.	Сбережения. Назначение сбережений.	1	
57.	Хранение денег в сберегательной кассе.	1	
58.	Виды вкладов.	1	
59.	Кредит. Оформление кредита. Государственное страхование.	1	
<b>Раздел 13. Трудоустройство</b>		<b>9</b>	
60.	Выбор профессии. <b>ПВ «Профессиональные пробы»</b>	1	6,7,9,10
61.	Профессионально-жизненная перспектива.	1	
62.	Учреждения и отделы по трудоустройству.	1	
63.	Оформление на работу, постоянную и по договору.	1	
64.	Документы, необходимые для поступления на работу. <b>Практическая работа.</b>	1	
65.	Трудовой договор.	1	
66.	Трудовой стаж.	1	
67.	Охрана труда несовершеннолетних	1	
68.	Итоговое тестирование	1	