

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Петелинская средняя общеобразовательная школа

ул. Ленина, д. 25, с. Петелино, Ялуторовский район, Тюменская область, 627047 тел./факс 95-168
ИНН/КПП 7228001043/720701001 ОГРН 1027201463728chkolapetelino@mail.ru

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1_
от «31» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНА
заместителем директора по
УВР

Н.И.Кошикова

УТВЕРЖДЕНА
приказом
от «31» августа 2020 г.
№ 89-ОД

Н.Ю.Вахрушева

Рабочая программа
по социально-бытовой ориентировке

класс: 7
на 2020 – 2021 учебный год

Составитель рабочей программы: Киприна Ольга Владимировна, учитель технологии

Год составления: 2020 г.

1. Требования к уровню подготовки выпускников.

В результате изучения предмета «Социально-бытовая ориентировка» в 7 классе:

Учащиеся должны знать:

Обучающиеся должны знать:

Виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.

Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.

Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.

Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.

Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.

Назначение и различие универмага и универсама.

Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

2. Обучающиеся должны уметь:

Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.

Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.

Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.

Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

Особенности организации учебного процесса по предмету:

Формы контроля: В основу критериев и норм оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей учащихся, необходимо учитывать: правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;

самостоятельность ответа; умение переносить полученные знания на практику;

Основное внимание уделяется практическим навыкам. Форма итоговой аттестации учащихся – итоговая контрольная работа

2. Содержание учебного предмета «Социально-бытовая ориентировка» 7 класс (68 часов)

Личная гигиена

Особенности личной гигиены подростка. Покровы тела. Уход за кожей лица и волосами. Опора и движение. Опорно-двигательная система. Профилактика травматизма.

Практические работы: «Подбор шампуня».

Одежда и обувь

Значение продления срока службы одежды. Выбор технологий и средств для длительного хранения одежды. Ремонт одежды. Заплата (виды), штопка. Использование бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей. Соблюдение правил безопасного пользования бытовой техникой. Правила ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки. Стирка изделий из шелка вручную. Правила и приемы глажения одежды, брюк. Регулярная и сезонная уборка помещения. Уход за различными видами половых покрытий. Средства для ухода за полом. Уход за мебелью. Мытье стекол, зеркал. Правила пользования пылесосом, уход за ним.

Практические работы: «Наложение заплаты», «Мытье пола», «Пользование пылесосом», «Уборка помещения».

Транспорт

Междугородний железнодорожный транспорт. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Железнодорожные вокзалы, службы вокзала. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения ж/д билетов. Пункт назначения, вид поезда, тип вагона, стоимость проезда. *Практические работы:* «Определение пункта назначения, типа вагона».

Учреждения, организации и предприятия

Универмаги, супермаркеты, их назначение. Отделы магазинов. Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров. Хранение чека. Права потребителя и их защита. Распродаж товаров. Прием товаров у населения.

Питание

Правила гигиены при приготовлении пищи. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами. Виды питания. Планирование рационального питания. Значение первых блюд. Виды первых блюд. Приготовление холодных и горячих блюд. Значение вторых блюд из овощей. Приготовление овощного салата. Значение вторых блюд из рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных продуктов. Значение третьих блюд. Приготовление компота. Составление собственного рецепта блюда. Подбор продуктов по рецепту. Оформление блюд и правила их подачи к столу. Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину). Составление меню завтрака, обеда и ужина.

Практические работы: «Знакомство с инструкцией по работе с микроволновой печью», «Чтение рецептов, подбор продуктов», «Приготовление салата из овощей», «Составление меню завтрака».

Семья

Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Правила поведения при встрече и расставании, приеме подарка. Поход в гости. Правила поведения в гостях. Изготовление несложных сувениров в подарок. Ролевая игра «В гости к ...». *Практические работы:* «Подарок своими руками» Помощь родителям в уходе за детьми. Оказание помощи малышам в одевании на прогулку. Разучивание с малышами тихих и подвижных игр. *Практические работы:* «Одевание малышей на прогулку», «Разучивание игр с малышами», «Проведение игр с малышами».

Медицинская помощь

Виды доврачебной помощи (измерение температуры, обработка порезов, ссадин). Оказание первой помощи при ушибах, кровотечениях. Лекарственные растения в домашней аптечке, их назначение. Первая медицинская помощь при травмах (вывих, перелом). Наложение повязок.

Практические работы: «Наложение повязок». Экскурсия в медпункт.

Средства связи

Почта. Виды бандеролей. Порядок отправления бандеролей. Заполнение бланков на отправку. Посылки. Правила отправления. Заполнение бланков на отправку. Посылки и бандероли, отправляемые наложенным платежом. Упаковка бандеролей, посылок.

Экскурсия на почту.

2. Тематическое планирование

№	Кол-во часов	Тема урока
1	1	Введение. Правила безопасности на уроках СБО
Раздел 1 Личная гигиена		
2	1	Особенности личной гигиены подростка.
3	1	Покровы тела
4	1	Уход за кожей лица и волосами. <i>Практические работы: «Подбор шампуня».</i>
5	1	Опора и движение. Опорно-двигательная система.
Раздел 2 Одежда и обувь		
6	1	Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат.
7	1	Практическая работа: ремонт одежды, наложение заплат.
8	1	Практическая работа: ремонт одежды, наложение заплат.
9	1	Использование бытовой техники при стирке белья из х\б тканей.
10	1	Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани вручную
11	1	Правила и приемы глажения белья
12	1	Правила и приемы глажения, брюк, спортивной одежды.
13	1	Практическая работа: утюжка белья.
14	1	Практическая работа: глажение брюк.
15	1	«Химчистка». Виды услуг, правила пользования химчисткой.
Раздел 3 Питание		
16	1	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда.
17	1	Использование механических и электробытовых приборов.
18	1	Чтение рецептов и подбор продуктов.
19	1	РК Запись рецепта приготовления: закуски, первого, второго, третьего блюда из овощей традиционные для региона.
20	1	Практическая работа: приготовление блюда из овощей
21	1	Запись рецепта из рыбных продуктов
22	1	Практическая работа: приготовление блюда из рыбных продуктов
23	1	Запись рецепта мясных продуктов и полуфабрикатов:
24	1	Практическая работа: приготовление блюда из мясных продуктов или полуфабрикатов
25	1	Запись рецепта 3 блюда: кисель (компот)
26	1	Практическая работа: приготовление киселя (компота)
27	1	Сервировка стола к обеду
28	1	Практическая работа составление меню завтрака
29	1	Правила ТБ при использовании эл.быт.приборов
Раздел 4 Семья		
30	1	Помощь родителям: в уходе за младшими детьми - умывание, одевание, обувание, причесывание;
31	1	Практическая работа одевание малышей на прогулку.
32	1	Практическая работа: Разучивание тихих и подвижных игр
33	1	Культура поведения.
34	1	Правила поведения при встрече и расставании
35	1	Правила поведения в гостях
36	1	Правила вручения и приема подарков.
37	1	Практическая работа изготовление сувениров.
Раздел 5 Уборка		
38	1	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка

		квартиры и дома к зиме, лету.
39	1	Санитарная обработка помещения в случае необходимости
40	1	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (Мягкая обивка, полировка, лак и т.д.)
41	1	Животные в доме (кошка, собака, попугай)
42	1	Практическая работа: мытье полов
Раздел 6 Транспорт		
43	1	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. и его службы.
44	1	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.
45	1	Виды пассажирских вагонов. примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения жд билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.
46	1	Экскурсия на вокзал
Раздел 7 Торговля		
47	1	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. назначение магазинов.
48	1	Порядок приобретения товара (выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия, примерка обуви, одежды, оплата в кассе, получение чеку, сдачи).
49	1	Экскурсия в промышленный магазин
Раздел 8 Средства связи		
50	1	Виды бандеролей (простая, заказная, ценная с уведомлением).
51	1	Порядок их опрвления. Упаковка. Стоимость пересылки.
52	1	Заполнение бланков
53	1	Практическая работа: сбор бандероли, заполнение бланков
Раздел 9 Медицинская помощь		
54	1	Домашняя аптечка. термометр.
55	1	Лекарственные растения
56	1	Первая медицинская помощь при травмах, ранах, микротравмах
57	1	Первая медицинская помощь при травмах: вывих, ушиб, перелом.
58	1	Заваривание травяного настоя.
59	1	Практическая работа: наложение повязки на рану, поврежденную конечность.
Раздел 10 Экономика домашнего хозяйства		
60-61	2	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Практическая работа мини проект «Деньги»
62-63	2	Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.
64-65	2	Мелкие расходы.
		Практическая работа составление сметы на неделю (мелкие расходы)
66	1	Составление доверенности на получение зарплаты, пенсии
67	1	Практическая работа: составление доверенности на получение зарплаты, пенсии
68	1	Повторение материала пройденного за год

