

Требования к уровню подготовки учащихся по СБО 6 класс

Личная гигиена

Учащиеся должны знать:

- правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены
- во время, физических упражнений, походов;
- правила ухода за ногами.

Учащиеся должны уметь:

- мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;
- подбирать косметические средства для ухода за ногами.

Одежда

Учащиеся должны знать:

- правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

Учащиеся должны уметь:

- пришивать пуговицы, крючки, кнопки;
- зашивать одежду по распороченному шву;
- подшивать платья, брюки, рукава;
- подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- стирать изделия из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей;
- гладить эти изделия.

Питание

Учащиеся должны иметь представление о

- режиме питания, удельном весе молочных продуктов в рационе питания.

Учащиеся должны знать:

- способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных продуктов, овощей;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком;
- правила пользования электроплитой;
- определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения;
- правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;
- различные меню ужина.

Учащиеся должны уметь:

- отваривать макаронные изделия;
- варить кашу на воде и молоке;
- отваривать картофель и готовить пюре;
- готовить запеканки из овощей и творога;
- оформлять готовые блюда;
- сервировать стол к ужину с учетом различных меню.

Семья

Учащиеся должны иметь представление о

- понятии «семья»,

- составе семьи;
- распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

Учащиеся должны знать:

- состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников;
- место работы и должность родителей;
- правила поведения в семье.

Культура поведения

Учащиеся должны знать:

- правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;
- правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

Учащиеся должны уметь:

- культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;
- правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

Жилище

Учащиеся должны знать:

- гигиенические требования к жилому помещению;
- правила организации рабочего места школьника;
- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом;
- назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире.

Учащиеся должны уметь:

- производить сухую и влажную уборку помещения;
- чистить ковры, книжные полки, батареи;
- ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;
- ухаживать за комнатными растениями.

Транспорт

Учащиеся должны знать:

- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- виды междугородного транспорта;
- стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов);
- порядок приобретения билетов и талонов и компостирования талонов.

Учащиеся должны уметь:

- выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;
- ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;
- пользоваться кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.

Торговля

Учащиеся должны знать:

- основные виды продовольственных магазинов, их отделы;
- виды специализированных продовольственных магазинов;
- виды и стоимость различных товаров;
- порядок приобретения товаров.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;
- обращаться к продавцу, кассиру.

Средства связи

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении основных средств связи;
- порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.

Учащиеся должны знать:

- основные средства связи; виды почтовых отправлений;
- стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов;

- виды телеграфных услуг.

Учащиеся должны уметь:

- находить по справочнику индекс предприятий связи;
- записывать адреса с индексом на конвертах;
- составлять различные тексты телеграмм;
- заполнять телеграфные бланки.

Медицинская помощь

Учащиеся должны иметь представление о

- назначении поликлиники, аптеки, диспансера, больницы;
- порядке записи к врачу, приобретения лекарств, вызова «скорой помощи», о порядке вызова врача на дом;
- отличии медицинского обслуживания на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.

Учащиеся должны знать:

- виды медицинской помощи;
- функции основных врачей-специалистов.

Учащиеся должны уметь:

- записываться на прием к врачу;
- вызывать врача на дом;
- приобретать лекарства в аптеке.

Учреждения, организации и предприятия

Учащиеся должны знать:

- виды детских учреждений и их назначение;
- адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются.

Учащиеся должны уметь:

- правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.;
- правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале;
- соблюдать правила поведения в школе.

Содержание учебного предмета Социально-бытовая ориентировка 6б класс

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
Личная гигиена	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). 2. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). 3. Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). 4. Профилактика грибковых заболеваний. <p>Практическая работа Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.</p>	8
Одежда	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва). 2. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. 3. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др. <p>Практические работы Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва. Стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.</p>	8
Питание	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. 2. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. 3. Сервировка стола к ужину <p>Практические работы: Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке). Оформление готовых блюд.</p>	10
Семья	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.). 2. Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. 	3
Культура поведения	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). 2. Поведение при посещении массовых мероприятий. 	5
Жилище	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. 2. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. 3. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и 	8

	<p>уход).</p> <p>4. Уход за полом. Средства по уходу за полом</p> <p>Практические работы:</p> <p>Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.</p> <p>Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.</p>	
Транспорт	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные транспортные средства. 2. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). 3. Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, в ближайшие населенные пункты. 4. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты. <p>Экскурсия</p> <p>Виртуальная экскурсия на вокзал.</p>	6
Торговля	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. 2. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. <p>Экскурсия</p> <p>Виртуальная экскурсия в специализированный продовольственный магазин.</p>	6
Средства связи	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). 2. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы). 3. Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах. <p>Практическиеработы</p> <p>Написание адреса и индекса на конвертах.</p> <p>Экскурсия</p> <p>Виртуальная экскурсия на почту</p>	5
Медицинская помощь	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки). 2. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. 3. Использование различных видов медицинской помощи. <p>Экскурсия</p> <p>Виртуальная экскурсия в аптеку.</p>	6
Учреждения, организации и предприятия	<p><i>Тематика</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение. <p>Экскурсия</p>	3

	Экскурсия в дом детского творчества.	
Всего		68