ЗАЦВЕРДЖАНА
Пастанова
Міністэрства адукацыі
Рэспублікі Беларусь
18.09.2025 № 167

Вучэбная праграма па вучэбным прадмеце «Сацыяльна-бытавая арыенціроўка» для VI–X класаў першага аддзялення спецыяльнай школы, спецыяльнай школы-інтэрната для вучняў з інтэлектуальнай недастатковасцю з беларускай мовай навучання і выхавання

ГЛАВА 1
АГУЛЬНЫЯ ПАЛАЖЭННІ

1. Дадзеная вучэбная праграма па вучэбным прадмеце «Сацыяльна-бытавая арыенціроўка» (далей – вучэбная праграма) прызначана для VI–X класаў першага аддзялення спецыяльнай школы, спецыяльнай школы-інтэрната для вучняў з інтэлектуальнай недастатковасцю.

2. Дадзеная вучэбная праграма разлічана на 2 гадзіны на тыдзень у VI–IX класах (70 гадзін) і 1 гадзіну на тыдзень у X класе (35 гадзін).

3. Мэта – фарміраванне ў вучняў жыццёва значнага мінімуму практычных уменняў, якія дазволіць ім правільна арыентавацца ў навакольным свеце (у побыце, узаемаадносінах людзей) і самастойна арганізоўваць свой побыт.

4. Задачы:

фарміраваць бытавыя працоўныя ўменні (догляду цела, жылля, адзення, абутку і іншых прадметаў ужытку, арганізацыі харчавання);

фарміраваць эканоміка-бытавыя ўменні (беражлівага абыходжання з наяўнымі ў побыце прадметамі, адзеннем, абуткам, ежай, вадой, электрычнасцю; выбіраць тавары і рабіць пакупкі, планаваць бюджэт сям’і);

фарміраваць уменні арыентавацца ў паслугах розных прадпрыемстваў і ўстаноў (гандлю, службы быту, сувязі, культуры, медыцынскай дапамогі), практычныя ўменні карыстацца імі;

фарміраваць уменні правільных паводзін на вуліцы ў якасці пешахода, пасажыра грамадскага транспарту;

фарміраваць уменні зносін і культурных паводзін у тыповых жыццёвых сітуацыях з улікам узросту і жыццёвага вопыту вучняў;

фарміраваць неабходныя ўяўленні аб сям’і, сямейных узаемаадносінах, арганізацыі побыту і вольнага часу сям’і; уменні догляду маленькіх дзяцей;

фарміраваць уменні здаровага ладу жыцця;

фарміраваць уменні аказваць першую дапамогу, камплектаваць хатнюю аптэчку, даглядаць хворага дома;

фарміраваць уяўленні аб асноўных дакументах грамадзяніна Рэспублікі Беларусь, правілах іх атрымання;

фарміраваць патрэбу ў самастойнасці, незалежнасці ў побыце; пазітыўныя і адказныя адносіны да паўсядзённай сацыяльна-бытавой дзейнасці.

5. Працэс навучання па вучэбным прадмеце «Сацыяльна-бытавая арыенціроўка» (далей – СБА) можа ажыццяўляцца ў дзвюх асноўных формах – урока і экскурсіі.

Рэкамендуемыя метады навучання:

практычныя (практыкаванне, мадэляванне рэальных сітуацый, сюжэтна-ролевая гульня);

наглядныя (дэманстрацыя, назіранне);

слоўныя (тлумачэнне, гутарка, апавяданне).

6. Асноўныя патрабаванні да вынікаў засваення зместу вучэбнага матэрыялу выяўляюцца ў тым, што ў вучняў будуць сфарміраваны:

прадметныя кампетэнцыі: уменні выконваць віды паўсядзённай сацыяльна-бытавой дзейнасці, якія забяспечваюць арыенціроўку ў навакольным свеце (у побыце, узаемаадносінах людзей) і арганізацыю свайго побыту;

метапрадметныя кампетэнцыі: уменні, якія забяспечваюць здольнасць самастойна рэалізоўваць засвоеныя віды сацыяльна-бытавой дзейнасці, – арыентавацца ў сітуацыі і выбіраць неабходныя сродкі, мадэлі паводзін, планаваць паслядоўнасць дзеянняў, кантраляваць правільнасць дзейнасці падчас яе рэалізацыі і паводле выніку; выкананне паўсядзённых хатніх абавязкаў;

асобасныя кампетэнцыі: патрэбнасць у самастойнасці, незалежнасці ад дапамогі навакольных; пазітыўныя адносіны да засвоеных відаў сацыяльна-бытавой дзейнасці і перакананне ў неабходнасці іх выканання.

ГЛАВА 2
ЗМЕСТ ВУЧЭБНАГА ПРАДМЕТА
VI КЛАС (70 гадзін)
Уступныя ўрокі (4 гадзіны)

Актуалізацыя вывучанага на ўроках СБА ў I–V класах.

Педагагічная дыягностыка стану сацыяльна-бытавой падрыхтаванасці вучняў. Выяўленне стану сфарміраванасці (аб’ём, правільнасць, узровень самастойнасці) сацыяльна-бытавых уменняў, прадугледжаных праграмай VI класа.

Раздзел 1. Асабістая гігіена (4 гадзіны)

Мыццё цела. Перыядычнасць мыцця цела. Неабходныя прадметы асабістай гігіены. Выкарыстанне касметычных сродкаў для догляду цела падчас і пасля мыцця. Касметычныя сродкі для догляду цела (мыла, гель для душа, мус, пена для ваннаў, соль, скраб, пілінг, крэм, бальзам і іншыя сродкі для догляду цела), іх прызначэнне, правілы і прыёмы выкарыстання. Выбар і пакупка касметычных сродкаў для догляду цела. Выбар, догляд, захоўванне, змена ручніка для цела. Змена ніжняй бялізны, шкарпэтак, калготак.

Мыццё ў душы, ванне, лазні: паслядоўнасць дзеянняў. Інтымная гігіена дзяўчынак і хлопчыкаў.

Карыстанне дэзадарантам. Прызначэнне дэзададаранту. Віды дэзадарантаў. Правілы і спосабы дзеянняў пры карыстанні дэзадарантамі розных відаў (аэразольны, шарыкавы, цвёрды). Выбар і пакупка дэзадаранту.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур (мыццё цела, змена ніжняй бялізны, шкарпэтак, калготак); выбары ў магазіне касметычных сродкаў для догляду цела падчас і пасля мыцця.

Раздзел 2. Адзенне. Абутак (14 гадзін)

Уласцівасці адзення з розных відаў тканін. Састаў тканіны. Зыходная сыравіна для атрымання тканін – валокны. Віды тэкстыльных валокнаў (натуральныя, хімічныя). Натуральныя валокны: раслінныя (бавоўна, лён), жывёльныя (шэрсць, шоўк). Хімічныя валокны: штучныя (віскоза), сінтэтычныя (капрон, нітрон і іншыя віды сінтэтычных валокнаў). Віды тканін, з якіх шыюць адзенне. Адрозненне тканін, адзення з іх. Уласцівасці адзення з розных відаў тканін. Залежнасць догляду (мыцця, сушкі, прасавання, захоўвання) ад тканіны, з якой пашыта адзенне.

Умоўныя абазначэнні (сімвалы), якія адлюстроўваюць асаблівасці догляду адзення. Патрабаванні да мыцця, сушкі, прасавання. Вызначэнне па сімвале на этыкетцы адзення асаблівасцей яго мыцця, сушкі, прасавання.

Мыццё ў пральнай машыне. Пральная машына, яе магчымасці, асноўныя функцыі (мыццё, паласканне, адціскание). Правілы карыстання пральнай машынай. Асноўныя праграмы, выбар праграмы мыцця з улікам віду тканіны. Падрыхтоўка адзення да загрузкі ў машыну. Мыйныя сродкі для машыннага мыцця адзення. Асаблівасці машыннага мыцця адзення з розных відаў тканін. Паслядоўнасць дзеянняў пры мыцці адзення ў пральнай машыне. Выкананне машыннага мыцця адзення. Выгрузка адзення пасля заканчэння мыцця. Абутак, які можна мыць у пральнай машыне. Догляд пральнай машыны.

Догляд адзення з баваўнянай тканіны. Адзенне з баваўнянай тканіны, яе ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення з баваўнянай тканіны. Выбар мыйных сродкаў. Ручное мыццё адзення з баваўнянай тканіны (фуфайка, майка, кашуля і іншае адзенне), мыццё ў пральнай машыне. Спосабы развешвання розных прадметаў адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў баваўнянага адзення (фуфайкі, майкі, трусы, сукенкі, кашулі, штаны, шкарпэткі і іншае адзенне) для захоўвання.

Догляд адзення з сінтэтычнай тканіны. Адзенне з сінтэтычнай тканіны, яе ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення з сінтэтычнай тканіны. Выбар мыйных сродкаў. Ручное мыццё адзення з

сінтэтычнай тканіны (фуфайка, блузка, шорты, калготы і іншае адзенне), мыццё ў пральнай машыне. Спосабы развешвання адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў адзення з сінтэтычных тканін (блузкі, шорты, калготы, спартыўныя касцюмы і іншыя прадметы адзення) для захоўвання.

Зашыванне расцягнутых петляў для гузікаў.

Догляд красовак. Прызначэнне красовак. Віды матэрыялаў, з якіх вырабляюць красоўкі. Асаблівасці паўсядзённага догляду красовак з розных матэрыялаў.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры паўсядзённым доглядзе адзення і абутку.

Раздзел 3. Жыллё (8 гадзін)

Памяшканні кватэры, дома. Жылыя і дапаможныя памяшканні. Функцыянальнае прызначэнне і прадметнае напаўненне розных відаў памяшканняў.

Выкананне гігіенічных патрабаванняў да жылога памяшкання. Чысціня – рэгулярнае прыбіранне. Свежае паветра – праветрыванне, выдаленне пылу, мыццё падлогі, вынас смецця, развядзенне пакаёвых раслін. Асвятленне – размяшчэнне штор днём, мыццё вокнаў, штор, дастатковая колькасць свяцільнікаў.

Выдаленне пылу і дробнага смецця ў памяшканні з дапамогай пыласоса. Пыласос. Падрыхтоўка пыласоса да работы. Дзеянні пры чыстцы дываноў, дывановых пакрыццяў пыласосам. Догляд пыласоса, захоўванне. Месцы пакупкі пыласосаў.

Мыццё падлогі. Неабходны інвентар для мыцця падлогі. Дзеянні пры мыцці падлогі. Прыбіранне і захоўванне інвентару пасля выканання работы.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры прыбіранні жылых памяшканняў (праветрываюць пакой, развешваюць шторы, выдаляюць пыл, пыласосяць, мыюць падлогу, выносяць смецце).

Раздзел 4. Харчаванне (14 гадзін)

Месца ў кватэры для прыгатавання ежы: кухня. Абсталяванне кухні. Убудаваная бытавая тэхніка (варачная паверхня, духавая шафа, выцяжка і іншая тэхніка). Рацыянальнае размяшчэнне элементаў кухоннага абсталявання.

Кухонны посуд, інструменты і прыстасаванні. Прадметы кухоннага посуду align рознага прызначэння: для прыгатавання ежы, захоўвання прадуктаў

і ежы. Кухонныя інструменты і прыстасаванні. Правілы догляду і захоўвання кухоннага посуду, кухонных інструментаў і прыстасаванняў.

Прадукты харчавання. Абагульненне і пашырэнне ведаў аб вывучаных групах прадуктаў (агародніна, садавіна, ягады, малочныя, мучныя, мясныя, рыбныя прадукты, крупы, кандытарскія вырабы, слодычы): называнне, якія прадукты да якой групы адносяцца, спосабы ўжывання ў ежу, кулінарныя стравы. Значэнне розных груп прадуктаў харчавання для здароўя чалавека. Правілы харчавання.

Падрыхтоўка салаты з сырой агародніны. Вызначэнне саставу дэманструемай салаты, адбор прадуктаў. Тэхналогія прыгатавання салаты з сырой агародніны. Спосабы апрацоўкі сырой агародніны з дапамогай нажа: адразанне, зразанне, выразанне сапсаваных месцаў, выдаленне скуркі, разразанне, наразанне. Спосабы наразання агародніны для салаты: кубікамі, саломкай, кольцамі і іншыя спосабы наразання. Выкананне тэхнікі бяспекі пры рабоце з нажом. Змешванне і размешванне інгрэдыентаў салаты. Запраўка салаты. Выкладванне салаты з міскі ў салатнік. Спосабы ўпрыгожвання салаты.

Падрыхтоўка салаты з сырой садавіны. Вызначэнне саставу дэманструемай салаты, адбор прадуктаў. Тэхналогія прыгатавання салаты з сырой садавіны. Спосабы апрацоўкі сырой садавіны з дапамогай нажа: адразанне, зразанне, выразанне сапсаваных месцаў, выдаленне скуркі, сарцавіны (яблыка, грушы), разразанне, наразанне. Спосабы наразання садавіны для салаты: кубікамі, саломкай, лустачкамі і іншыя спосабы наразання. Выкананне тэхнікі бяспекі пры рабоце з нажом. Змешванне і размешванне інгрэдыентаў салаты. Запраўка салаты. Выкладванне салаты з міскі ў салатнік. Спосабы ўпрыгожвання салаты.

Рэцэпт прыгатавання стравы. Арыенціроўка ў запісе рэцэпта. Узнаўленне зместу рэцэпта прыгатавання салаты з сырой агародніны (садавіны): пералік неабходных прадуктаў і іх колькасць, спосабы і паслядоўнасць выконваемых дзеянняў. Прыгатаванне салаты па рэцэпце.

Сталовы посуд і сталовыя прыборы. Прадметы сталовага посуду, іх прызначэнне. Сталовыя прыборы індывідуальнага і агульнага карыстання. Сервіроўка стала: выбар неабходнага посуду і сталовых прыбораў, правілы і паслядоўнасць іх размяшчэння на стале. Рацыянальнае і эстэтычнае размяшчэнне агульных страў на стале.

Правілы карыстання посудам і сталовымі прыборамі падчас прыёму ежы, культура паводзін і маўленчы этыкет за сталом. Як браць ежу з агульнай талеркі (накладаць салату на індывідуальную талерку), якімі сталовымі прыборамі пры гэтым карыстацца. Як звярнуцца да суседзяў па стале, калі талерка стаіць далёка, і іншыя правілы.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры падрыхтоўцы салаты з сырой агародніны і садавіны; перад, падчас і пасля прыёму ежы (сервіроўка стала, карыстанне посудам і сталовымі прыборамі падчас прыёму ежы, культура паводзін за сталом, прыбіранне са стала і мыццё посуду пасля ежы).

Раздзел 5. Прадпрыемствы, установы (12 гадзін)

Прадпрыемствы гандлю. Харчовыя і прамтаварныя магазіны, кіёскі, латкі (паўтарэнне вывучанага ў I–V класах). Віды магазінаў, аддзелаў магазінаў, асартымент тавараў. Знаходжанне ў магазіне патрэбнага тавару. Набыццё тавараў пры дапамозе прадаўца і шляхам самаабслугоўвання.

Месцы і спосабы пакупкі посуду, кухоннага прыладдзя. Магазіны, аддзелы магазінаў, у якіх можна набыць посуд, сталовыя прыборы, кухонныя інструменты і прыстасаванні. Выбар, набыццё посуду і прыбораў (паштучна і камплектамі).

Магазіны, аддзелы магазінаў, у якіх можна набыць касметычныя сродкі для догляду цела. Магазіны, аддзелы магазінаў, у якіх можна набыць мыйныя сродкі для мыцця адзення.

Прадпрыемствы службы быту. Рамонтныя майстэрні. Паслугі рамонтных майстэрняў. Віды рамонтных майстэрняў. Правілы карыстання паслугамі майстэрняў. Дом бытавога абслугоўвання.

Прадпрыемствы, сродкі сувязі. Пошта. Паслугі пошты. Віды паштовых адпраўленняў (паштоўка, ліст, пасылка, бандэроль). Напісанне адраса на паштовых канвертах, паштоўках. Парадак адпраўлення ліста, паштоўкі. Паштовая скрыня кожнай кватэры (дома). Выемка газет, лістоў і іншай карэспандэнцыі з паштовай скрыні.

Медыцынскія ўстановы. Арыентаванне ў медыцынскіх установах: паліклініка, бальніца, служба хуткай дапамогі. Уменне расказаць урачу аб сваім самаадчуванні (мадэляванне рэальных сітуацый).

Паліклініка. Зварот у паліклініку, запіс на прыём да ўрача, атрыманне талончыка. Выклік урача дадому. Правілы паводзін і зносін з медыцынскім персаналам.

Бальніца. Дыспансер. Зварот у медыцынскія ўстановы. Правілы паводзін у бальніцы, зносін з медыцынскім персаналам. Наведванне людзей, якія лечацца ў бальніцы.

Служба хуткай дапамогі. Выклік хуткай дапамогі.

Аптэка. Асаблівасці тавараў: лекавыя сродкі (таблеткі, парашкі, настойкі, кроплі, мазі, лекавыя травы, вітаміны і іншыя лекавыя сродкі), перавязачныя матэрыялы (бінт, вата, пластыр), медыцынскія прылады (піпетка, градуснік, пузыр для лёду).

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры наведванні з дарослымі магазінаў, рамонтных майстэрняў, медыцынскіх устаноў.

Раздзел 6. Вуліца. Транспарт (4 гадзіны)

Мае асноўныя пешаходныя маршруты. Арыентаванне ў раёне пражывання, знаходжання школы. Бліжэйшыя да дома, школы вуліцы, установы. Я іду ў школу (у магазін, кінатэатр або іншае грамадскае месца). Тлумачэнне маршруту руху, яго працягласці.

Мае асноўныя транспартныя маршруты (тэма вывучаецца, калі дзеці штодня ці штотыднёва карыстаюцца грамадскім транспартам – гарадскім або прыгарадным). Я еду ў школу (у магазін, кінатэатр і іншыя грамадскія месцы). Выбар патрэбнага аўтобуса (тралейбуса і іншага віду транспарту): арыентаванне па маршрутнай таблічцы і нумары аўтобуса (тралейбуса і іншага віду транспарту). Культура паводзін пры неабходнасці даведацца (адказаць) аб маршруце руху транспартнага сродку, патрэбным прыпынку.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры перамяшчэнні па вуліцы і на транспарце па вызначаных маршрутах руху.

Раздзел 7. Сям'я (6 гадзін)

Склад сям'і. Склад сям'і, роднасныя адносіны ў сям'і. Узаемаадносіны паміж членамі сям'і.

Склад сям'і вучня (прозвішча, імя, імя па бацьку, узрост членаў сям'і). Складанне вучнем свайго радавога дрэва: вучань, яго маці, тата, дзядулі і бабулі.

Сямейныя традыцыі. Святкаванне дзён нараджэння членаў сям'і. Выбар падарунка. Віншаванне імянінніка.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя веды і ўменні ва ўзаемаадносінах з членамі сваёй сям'і.

Выніковыя ўрокі (4 гадзіны)

Абагульненне вывучанага за навучальны год.

АСНОЎНЫЯ ПАТРАБАВАННІ ДА ВЫНІКАЎ ВУЧЭБНАЙ ДЗЕЙНАСЦІ ВУЧНЯЎ VI КЛАСА

Вучні ўмеюць (прадметныя кампетэнцыі):

выконваць штодзённыя гігіенічныя працэдуры па доглядзе цела (мыццё цела, змена ніжняй бялізны, шкарпэтак, калготак);

выбіраць і купляць касметычныя сродкі для догляду цела;

карыстацца дэзадарантам, выбіраць і купляць дэзадарант;

адрозніваць тканіны, адзенне з іх, уласцівасці адзення з розных відаў тканін;

арыентавацца ва ўмоўных абазначэннях (сімвалах), якія адлюстроўваюць асаблівасці догляду адзення (асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання), вызначаць па знаку на этыкетцы адзення асаблівасці яго мыцця, сушкі, прасавання;

карыстацца пральнай машынай;

даглядаць адзенне з баваўнянай, сінтэтычнай тканіны (мыць уручную і ў пральнай машыне, развешваць для прасушкі, прасаваць і размяшчаць для захоўвання);

ажыццяўляць паўсядзённы догляд красовак;

адрозніваць жылыя і дапаможныя памяшканні, вызначаць іх функцыянальнае прызначэнне і прадметнае напаўненне;

пыласосіць падлогу, дыван, мыць падлогу;

арыентавацца ў абсталяванні кухні, прадметах кухоннага посуду, інструментах і прыстасаваннях, правілах догляду і захоўвання;

адрозніваць прадукты розных вывучаных груп (агародніна, садавіна, ягады, малочныя, мучныя, мясныя, рыбныя прадукты, крупы, кандытарскія вырабы, слодычы);

рыхтаваць салату з сырой агародніны, садавіны;

сервіраваць стол;

выконваць вывучаныя правілы культуры паводзін і маўленчага этыкету за сталом;

адрозніваць вывучаныя віды магазінаў, аддзелаў магазінаў, арыентавацца ў асартыменце іх тавараў;

знаходзіць у магазіне патрэбны тавар, набываць тавар з дапамогай прадаўца і шляхам самаабслугоўвання;

арыентавацца ў месцах і спосабах пакупкі посуду, кухоннага прыладдзя;

арыентавацца ў відах і паслугах рамонтных майстэрняў, правілах карыстання паслугамі;

арыентавацца ў паслугах пошты; адпраўляць па пошце ліст, паштоўку;

арыентавацца ў медыцынскіх установах (паліклініка, бальніца, служба хуткай дапамогі), спосабах звароту па медыцынскую дапамогу; умець расказаць урачу аб сваім самаадчуванні;

арыентавацца ў таварах аптэкі, сітуацыях, калі трэба звяртацца ў аптэку;

арыентавацца ў сваіх асноўных пешаходных і транспартных маршрутах у раёне пражывання, знаходжання школы;

даведацца (адказаць) аб маршруце руху транспартнага сродку, патрэбным прыпынку;

называць членаў сваёй сям'і (прозвішча, імя, імя па бацьку, узрост);

віншаваць з днём нараджэння.

Вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці:

пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур; доглядзе адзення і абутку; прыгатаванні ежы; перад, падчас і пасля прыёму ежы; прыбіранні жылога памяшкання;

куплянні тавараў у магазінах; карыстанні рамонтнымі майстэрнямі; звароце па медыцынскую дапамогу; перамяшчэнні па вуліцы ў якасці пешахода, ажыццяўленні паездкі ў грамадскім транспарце;

ва ўзаемаадносінах з членамі сваёй сям'і.

VII КЛАС (70 гадзін)

Уступныя ўрокі (4 гадзіны)

Актуалізацыя вывучанага на ўроках СБА ў VI класе.

Выяўленне стану сфарміраванасці (аб'ём, правільнасць, узровень самастойнасці) сацыяльна-бытавых ведаў і ўменняў, прадугледжаных праграмай VII класа.

Раздзел 1. Асабістая гігіена (4 гадзіны)

Догляд валасоў. Спосабы догляду валасоў (мыццё, расчэсванне, укладванне ў прычоску, стрыжка і іншыя віды догляду). Тыпы валасоў. Мыццё валасоў. Мыйныя сродкі для валасоў (мыла, шампунь, кандыцыянер, бальзам і іншыя сродкі), іх прызначэнне (ачышчэнне, умацаванне, жыўленне, наданне аб'ёму і іншае прызначэнне). Выбар мыйнага сродку ў залежнасці ад тыпу валасоў, прызначэння. Паслядоўнасць дзеянняў пры мыцці валасоў. Перыядычнасць мыцця валасоў. Выкарыстанне фена для сушкі валасоў.

Стварэнне прычоскі. Выбар прычоскі з улікам сітуацыі. Спосабы стварэння прычоскі (расчэсванне, заплятанне, стрыжка, укладка і іншыя спосабы). Стварэнне прычоскі з дапамогай фена, электрашчыпцоў. Выкарыстанне спецыяльных сродкаў для замацавання прычоскі (гелю, лаку і іншых сродкаў). Магчымасць стварэння прычоскі самастойна і ў цырульні.

Выбар і пакупка сродкаў для догляду валасоў.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры доглядзе валасоў, выбары і куплянні мыйных сродкаў для валасоў.

Раздзел 2. Адзенне. Абутак (14 гадзін)

Догляд адзення з ільняной тканіны. Адзенне з ільняной тканіны, яго ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення з ільняной тканіны. Выбар мыйных сродкаў. Спосабы развешвання розных прадметаў адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў ільнянога адзення для захоўвання.

Догляд адзення з шарсцяной тканіны. Адзенне з шарсцяной тканіны, яе ўласцівасці. Чыстка шарсцянога адзення, ачышчэнне ад шэрсці хатніх жывёл. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення з шарсцяной тканіны. Выбар мыйных сродкаў. Спосабы размяшчэння адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў шарсцянога адзення (сукенак, джэмпераў, гольфаў, шкарпэтак, штаноў і іншых прадметаў адзення) для захоўвання.

Догляд адзення з шаўковай тканіны. Адзенне з шаўковай тканіны (натуральны і штучны шоўк), яе ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення з натуральнага шоўку. Выбар мыйных сродкаў. Спосабы размяшчэння адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў адзення з шаўковай тканіны (блузак, шалікаў, гальштукаў і іншых відаў адзення) для захоўвання.

Догляд адзення са штучнай тканіны. Адзенне са штучнай тканіны (віскоза, штучны шоўк), яе ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання адзення са штучнай тканіны. Выбар мыйных сродкаў. Спосабы развешвання розных прадметаў адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў адзення для захоўвання.

Догляд адзення з трыкатажу. Асаблівасць трыкатажу (яго палатно не ткуць, а вяжуць). Пража шарсцяная, баваўняная, віскозная, сінтэтычная і іншыя віды пражы. Адзенне з трыкатажу featuring рознага віду, яго ўласцівасці. Асаблівасці мыцця, сушкі, прасавання трыкатажнага адзення. Выбар мыйных сродкаў. Спосабы размяшчэння адзення для прасушкі. Прасаванне. Месцы і спосабы размяшчэння розных прадметаў вязанага адзення (сукенак, кофт, шкарпэтак, шалікаў, шапак, рукавіц і іншых прадметаў адзення) для захоўвання.

Прасаванне складаных прадметаў адзення. Вызначэнне па сімвале на этыкетцы адзення асаблівасцей яго прасавання. Устаноўка дыска тэрмарэгулятара праса. Прасаванне кашулі, блузкі, штаноў, сукенкі, спадніцы. Увільгатненне адзення пры неабходнасці. Адпарванне.

Падшыванне падагнутага краю адзення.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры доглядзе свайго адзення (мыццё, сушка, прасаванне, захоўванне, дробны рамонт).

Раздзел 3. Жыллё (6 гадзін)

Догляд мэблі. Догляд непаліраванай і паліраванай мэблі. Догляд мяккай мэблі: з пакрыццём з тканіны, скураной мэблі. Прадметы і сродкі па доглядзе мэблі, тэхніка бяспекі пры іх выкарыстанні. Выбар сродкаў для догляду мэблі, месца пакупкі.

Мыццё дзвярэй. Віды дзвярэй (зашклёныя, драўляныя афарбаваныя, пластыкавыя, абабітыя дэрмацінам) і спосабы іх догляду.

Догляд хатніх жывёл у кватэры, доме. Правілы ўтрымання ў кватэры, доме жывёл. Правілы захавання гігіены жылля пры наяўнасці жывёл.

Прыбіранне памяшкання. Штодзённае і штотыднёвае прыбіранне жылога памяшкання. Штодзённы вынас смецця.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры паўсядзённым і штотыднёвым прыбіранні жылога памяшкання, доглядзе хатніх жывёл у кватэры, доме.

Раздзел 4. Харчаванне (16 гадзін)

Куплянне і захоўванне прадуктаў харчавання. На што звяртаць увагу пры набыцці розных груп прадуктаў харчавання. Групы прадуктаў па тэрмінах захоўвання: якія хутка псуюцца і вытрымліваюць працяглае захоўванне. Замарожаныя прадукты. Месцы, спосабы і ўмовы захоўвання (тэмпература, вільготнасць паветра, асветленасць) прадуктаў харчавання розных груп. Правілы размяшчэння прадуктаў у халадзільніку. Захоўванне прыгатаваных страў. Спосабы вызначэння дабраякасных і сапсаваных прадуктаў, страў. Пазбаўленне ад харчовых адходаў і сапсаваных прадуктаў, страў.

Карыстанне плітой (газавай, электрычнай). Арыентаванне ў канфорках і адпаведных ім уключальніках, уключэнне і выключэнне канфорак, рэгуляванне рэжыму іх работы. Тэхніка бяспекі пры рабоце з плітой.

Прыгатаванне ежы з мінімальнай цеплавой апрацоўкай. Варэнне яек, сасісак, пельменяў (варэнікаў, клёцак), макаронаў і іншых прадуктаў: спосабы дзеянняў і іх паслядоўнасць; час, неабходны для прыгатавання стравы; вызначэнне гатоўнасці стравы. Тэхніка бяспекі пры гатаванні ежы (абыходжанне з кіпнем). Прыбіранне працоўнага месца пасля прыгатавання ежы, мыццё посуду і размяшчэнне ў месцах захоўвання. Культура прыёму ежы і паводзін за сталом.

Падрыхтоўка салаты, вінегрэту з адварной агародніны. Вызначэнне складу дэманструемай салаты, вінегрэту. Вызначэнне колькасці інгрэдыентаў салаты, вінегрэту па рэцэпце. Адбор прадуктаў. Адварванне гародніны. Спосабы апрацоўкі звараных прадуктаў: выдаленне скуркі, разразанне, наразанне з дапамогай нажа, націранне на буйной тарцы.

Выкананне тэхнікі бяспекі пры рабоце з нажом, таркай. Змешванне і размешванне інгрэдыентаў салаты, вінегрэту. Запраўка салаты, вінегрэту. Выкладванне салаты, вінегрэту з міскі ў салатнік. Спосабы ўпрыгожвання салаты, вінегрэту.

Рэцэпт прыгатавання стравы. Адкуль можна даведацца рэцэпт прыгатавання стравы (спытаць у мамы, бабулі ці іншых, паглядзець у кулінарнай кнізе, Інтэрнэце, часопісе). Прыгатаванне стравы (салаты) па зададзеным рэцэпце.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры карыстанні плітой (газавай, электрычнай), прыгатаванні простых страў з мінімальнай цеплавой апрацоўкай, прыбіранні працоўнага месца і мыцці посуду пасля прыгатавання ежы; падчас і пасля прыёму ежы (карыстанне посудам і сталовымі прыборамі падчас прыёму ежы, культура паводзін за сталом, прыбіранне са стала і мыццё посуду пасля ежы).

Раздзел 5. Прадпрыемствы, установы (12 гадзін)

Прадпрыемствы гандлю.

Гіпермаркет, супермаркет, мінімаркет. Разнастайнасць тавараў. Рэжым работы. Групоўка тавараў па секцыях, аддзелах. Паказальнікі аб размяшчэнні аддзелаў, секцый. Спосабы набыцця тавараў: паштучна, на вагу, гатовымі порцыямі, упакоўкамі. Сістэма дзеянняў пакупніка. Упакоўванне набытых тавараў, прадуктаў (неабходнасць змяшчэння ў поліэтыленавыя, папяровыя пакеты некаторых прадуктаў). Рацыянальнае размяшчэнне пакупак у сумцы. Правілы паводзін у чарзе. Маўленчы этыкет пакупніка. Распродаж, скідкі, акцыі.

Прадпрыемствы службы быту.

Атэлье па пашыве адзення. Майстэрня па рамонце адзення. Майстэрня па рамонце абутку. Паслугі атэлье, майстэрні. Карыстанне паслугамі атэлье, майстэрні.

Фотаатэлье. Адлюстраванне падзей свайго жыцця з дапамогай фатаграфій. Віды паслуг фотаатэлье. Разнавіднасці фатаграфій. Правілы карыстання паслугамі фотаатэлье. Маўленчы этыкет наведвальніка.

Сродкі сувязі.

Тэлефонная сувязь. Карыстанне хатнім тэлефонам. Нумары тэрміновых выклікаў. Вядзенне гутаркі па тэлефоне (выклік урача да хворага, пажарнай машыны; віншаванне са святам, днём нараджэння, перадача паведамленняў і іншыя віды гутарак). Тэлефонны даведнік. Атрыманне даведак па тэлефоне. Аплата паслуг сувязі.

Сучасны від сувязі: сотавая сувязь. Карыстанне мабільным тэлефонам. Аплата паслуг мабільнай сувязі.

Установы культуры, месцы адпачынку.

Тэатр. Віды тэатраў (оперы, балета, музычнай камедыі, лялечны, драматычны і іншыя віды). Цырк. Набыццё білетаў. Правілы паводзін гледачоў.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры наведванні прадпрыемстваў гандлю (гіпермаркет, супермаркет, мінімаркет), службы быту (атэлье па пашыве адзення, майстэрня па рамонце адзення, фотаатэлье), устаноў культуры і адпачынку (тэатр, цырк); карыстанні хатнім і мабільным тэлефонамі.

Раздзел 6. Вуліца. Транспарт (4 гадзіны)

Прыгарадны транспарт. Транспарт для здзяйснення паездак на невялікія адлегласці: аўтобус, прыгарадны цягнік (электрацягнік), дызель-цягнік. Расклад руху транспартных сродкаў, арыентаванне ў ім. Месца і парадак набыцця білетаў. Льготны праезд. Набыццё білета «туды і назад». Асноўныя мясцовыя маршруты прыгараднага транспарту.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры здзяйсненні паездак на прыгарадным транспарце.

Раздзел 7. Сям’я (6 гадзін)

Сямейныя адносіны. Побыт сям’і, размеркаванне абавязкаў паміж членамі сям’і. Узаемадапамога і клопат адзін аб адным членаў сям’і.

Сямейныя традыцыі. Арганізацыя адпачынку членаў сям’і, сумесны адпачынак. Спосабы адпачынку ў выхадныя дні, правядзенне водпускаў. Вядзенне фотаальбома. Карыстанне фотаапаратам. Фатаграфаванне з дапамогай мабільнага тэлефона.

Аказанне першай дапамогі (сабе ці таварышу). Дзеянні пры ўдары, насавым крывацёку. Дзеянні пры неглыбокіх парэзах, драпінах, ранках. Дзеянні пры ўкусах насякомых (камароў, пчол і іншых насякомых). Дзеянні пры траплянні парушынкі ў вока. Дзеянні пры апёку, адмарожванні, сонечным удары. Дзеянні, калі прамачыў ногі, змёрз.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя веды і ўменні ў побыце і ўзаемаадносінах з членамі сваёй сям’і, працэсе адпачынку з сям’ёй, жыццёвых сітуацыях, якія патрабуюць аказання першай дапамогі (вывучаных спосабаў).

Выніковыя ўрокі (4 гадзіны)

Абагульненне вывучанага ў VI–VII класах.

АСНОЎНЫЯ ПАТРАБАВАННІ ДА ВЫНІКАЎ ВУЧЭБНАЙ

ДЗЕЙНАСЦІ ВУЧНЯЎ VII КЛАСА

Вучні ўмеюць (прадметныя кампетэнцыі):

даглядаць валасы (мыць, сушыць з дапамогай фена, ствараць простыя прычоскі);

выбіраць і купляць сродкі для догляду валасоў з улікам тыпу валасоў;

даглядаць адзенне з ільняной, шарсцяной, шаўковай, штучнай тканін; трыкатажу (мыць уручную і ў пральнай машыне, развешваць для прасушкі, прасаваць і размяшчаць для захоўвання);

прасаваць кашулі, блузкі, штаны, сукенкі, спадніцы;

даглядаць мэблю (непаліраваную, паліраваную, мяккую);

мыць дзверы;

выконваць паўсядзённае і штотыднёвае прыбіранне жылога памяшкання;

даглядаць хатніх жывёл у кватэры, доме;

арыентавацца ў тэрмінах захоўвання прадуктаў;

размяшчаць прадукты ў месцах захоўвання, халадзільніку;

захоўваць прыгатаваныя стравы;

вызначаць дабраякасныя і сапсаваныя прадукты, стравы; пазбаўляцца ад харчовых адходаў і сапсаваных прадуктаў, страў;

карыстацца плітой (газавай, электрычнай);

гатаваць ежу з мінімальнай цеплавой апрацоўкай (адварваць яйкі, сасіскі, пельмені, варэнікі, клёцкі, макароны і таму падобныя дзеянні);

гатаваць салату з адварной агародніны, вінегрэт;

арыентавацца ў прадпрыемствах гандлю: гіпермаркет, супермаркет, мінімаркет;

арыентавацца ў сітуацыях: распродаж, скідка, акцыя;

паводзіць сябе ў чарзе;

арыентавацца ў паслугах атэлье па пашыве адзення, майстэрні па рамонце адзення, абутку; карыстацца іх паслугамі;

арыентавацца ў паслугах фотаатэлье, карыстацца яго паслугамі;

карыстацца хатнім, мабільным тэлефонам; аплачваць паслугі сувязі;

правільна паводзіць сябе ў тэатры, цырку;

ажыццяўляць паездку ў прыгарадным транспарце;

арыентавацца ў абавязках членаў сям'і ў побыце;

арыентавацца ў вывучаных сямейных традыцыях;

арыентавацца ў спосабах правядзення вольнага часу сям'і;

аказваць першую дапамогу пры ўдары, насавым крывацёку, неглыбокіх парэзах, драпінах, ранках, укусах насякомых (камароў, пчол і іншых насякомых), апёку, сонечным удары.

Вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці:

пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур; доглядзе адзення і абутку; прыгатаванні ежы; перад, падчас і пасля прыёму ежы; прыбіранні жылога памяшкання;

куплянні тавараў у магазінах; карыстанні тэлефонам (хатнім, мабільным); карыстанні паслугамі прадпрыемстваў бытавога абслугоўвання; здзяйсненні паездкі ў прыгарадным транспарце;

арганізацыі побыту і вольнага часу сям'і; у сітуацыях, якія патрабуюць аказання першай дапамогі.

VIII КЛАС (70 гадзін)

Уступныя ўрокі (4 гадзіны)

Актуалізацыя вывучанага на ўроках СБА ў VI–VII класах.

Выяўленне стану сфарміраванасці (аб'ём, правільнасць, узровень самастойнасці) сацыяльна-бытавых ведаў і ўменняў, прадугледжаных праграмай VIII класа.

Раздзел 1. Асабістая гігіена (4 гадзіны)

Выкарыстанне сродкаў для догляду скуры твару. Тыпы скуры. Касметычныя сродкі для догляду скуры твару (ласьён, скраб, крэм, малачко, маска і іншыя сродкі), іх прызначэнне, прыёмы выкарыстання. Прыродныя сродкі для догляду скуры твару (травяныя адвары, маскі і іншыя сродкі), іх прыгатаванне і прыёмы выкарыстання. Выбар касметычных і прыродных сродкаў у залежнасці ад тыпу скуры. Догляд скуры твару на працягу дня.

Галенне. Перыядычнасць галення. Уключэнне і выключэнне электрычнай брытвы. Спосабы дзеянняў пры выкананні галення электрычнай брытвай. Чыстка і складванне брытвы. Тэхніка галення брытвенным станком. Правілы догляду станка для галення. Нанясенне на скуру твару сродкаў для галення (пена, гель) і пасля галення (гель, ласьён, крэм).

Карыстанне парфумерыяй, дэкаратыўнай касметыкай. Правілы карыстання духамі, туалетнай вадой, адэкалонам. Макіяж. Дэкаратыўная касметыка (туш, цені, памада і іншая касметыка). Правілы і прыёмы яе выкарыстання. Адпаведнасць макіяжу сітуацыі. Дэмакіяж, догляд твару пасля зняцця макіяжу.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры доглядзе скуры твару; карыстанні парфумерыяй, дэкаратыўнай касметыкай; неабходнасці выканання працэдуры галення (хлопчыкі), куплянні адпаведных сродкаў догляду.

Раздзел 2. Адзенне. Абутак (10 гадзін)

Догляд верхняга адзення. Верхняе адзенне (плашч, куртка, паліто, шуба) з розных відаў матэрыялаў (тканіна, скура, футра). Асаблівасці паўсядзённага догляду верхняга адзення з розных відаў тканін (шарсцяное, сінтэтычнае і іншае адзенне). Асаблівасці паўсядзённага догляду адзення з футра і скуры. Асаблівасці догляду пухавіка.

Догляд галаўных убораў. Прызначэнне галаўных убораў. Неабходнасць галаўнога ўбору ў халоднае, марознае надвор’е. Месцы захоўвання галаўных убораў у кватэры, доме. Догляд галаўных убораў з розных матэрыялаў. Падрыхтоўка сезонных галаўных убораў да захоўвання.

Догляд дэмісезоннага і зімовага абутку. Дэмісезонны і зімовы абутак з розных відаў матэрыялаў (скуры, скуразамяняльніка, замшу, тэкстылю, нубуку і іншых відаў матэрыялаў). Выбар абутку пры дажджлівым надвор’і, асаблівасці догляду. Спосабы сушкі мокрага абутку з розных матэрыялаў.

Сродкі па доглядзе абутку зімой (воданепрымальная прапітка, фарба-аэразоль, пена-ачышчальнік, спрэй). Асаблівасці догляду зімовага абутку з замшу. Паўсядзённы догляд абутку з футрам.

Захоўванне сезоннага адзення. Падрыхтоўка сезоннага адзення да захоўвання. Месцы захоўвання сезоннага адзення. Размяшчэнне адзення на захоўванне. Неабходнасць праветрывання і прасушвання шафы і адзення (некалькі разоў на год). Спосабы размяшчэння адзення для праветрывання, прасушвання. Падрыхтоўка адзення з футра і скуры да захоўвання.

Захоўванне сезоннага абутку. Падрыхтоўка сезоннага абутку да захоўвання. Месцы захоўвання сезоннага абутку. Спосабы размяшчэння абутку ў месцы для захоўвання.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры доглядзе верхняга адзення, галаўных убораў, дэмісезоннага і зімовага абутку; умеюць падрыхтаваць і размясціць сезоннае адзенне і абутак да захоўвання.

Раздзел 3. Жыллё (8 гадзін)

Догляд вокнаў. Мыццё вокнаў. Мыйныя сродкі, прыёмы іх выкарыстання, месцы набыцця. Спосабы ўцяплення вокнаў.

Догляд фіранак на вокнах. Прызначэнне і віды фіранак (гардзіны, шторы, парцьеры, жалюзі). Зняцце і развешванне фіранак. Спосабы догляду (мыццё, чыстка, прасаванне).

Догляд батарэй. Выдаленне пылу з батарэй, мыццё.

Догляд свяцільнікаў. Спосабы дзеянняў (мыццё, праціранне). Правілы тэхнікі бяспекі.

Сезоннае прыбіранне жылля. Дзеянні пры падрыхтоўцы кватэры, дома да зімы, лета.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры ўдзеле ў сезонным прыбіранні жылля (пад назіраннем дарослых).

Раздзел 4. Харчаванне (20 гадзін)

Прыправы. Духмяныя травы (пятрушка, кроп, базілік, мята і іншыя віды траў). Асноўныя вострыя прыправы, спецыі, іх прызначэнне (наданне смаку, водару). Найбольш папулярныя сумесі вострых прыпраў (аджыка, вегета, хмелі-сунелі і іншыя сумесі). Правілы захоўвання і выкарыстання духмяных траў, спецый, вострых прыпраў.

Прыгатаванне супу. Адбор прадуктаў для прыгатавання супу. Тэхналогія прыгатавання супу. Час, неабходны для прыгатавання супу, вызначэнне гатоўнасці стравы. Захаванне тэхнікі бяспекі пры гатаванні супу. Наліванне супу чарпаком з каструлі ў талерку.

Прыгатаванне супу з капусты. Адбор прадуктаў для прыгатавання супу з капусты. Тэхналогія прыгатавання супу з капусты. Час, неабходны для прыгатавання супу з капусты, вызначэнне гатоўнасці стравы. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні супу з капусты.

Прыгатаванне баршчу. Адбор прадуктаў для прыгатавання баршчу. Тэхналогія прыгатавання баршчу. Час, неабходны для прыгатавання баршчу, вызначэнне гатоўнасці стравы. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні баршчу.

Прыгатаванне кашы (маннай, аўсянай і іншых каш). Выбар круп. Тэхналогія прыгатавання кашы. Час, неабходны для прыгатавання кашы, вызначэнне гатоўнасці стравы. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні кашы.

Прыгатаванне страў з бульбы (вараная бульба, пюрэ). Зразанне скуркі бульбы. Тэхналогія прыгатавання варанай бульбы. Час, неабходны для прыгатавання стравы; вызначэнне гатоўнасці стравы. Тэхналогія прыгатавання пюрэ. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні страў з бульбы.

Прыгатаванне кампоту. Прадукты, з якіх можна прыгатаваць кампот. Тэхналогія прыгатавання кампоту з ягад, свежай садавіны, сухафруктаў. Час, неабходны для прыгатавання кампоту. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні кампоту.

Прыгатаванне кісялю. Прадукты, неабходныя для прыгатавання кісялю. Тэхналогія прыгатавання кісялю з заварваннем крухмалу. Тэхналогія прыгатавання кісялю з гатовага брыкету, набытага ў магазіне.

Час, неабходны для гатавання кісялю. Выкананне тэхнікі бяспекі пры гатаванні кісялю.

Абыходжанне з мікрахвалевай печчу. Функцыі мікрахвалевай печы (размарожванне прадуктаў, разаграванне, прыгатаванне страў). Асноўныя часткі мікрахвалевай печы. Посуд для мікрахвалевай печы. Тэхніка бяспекі пры карыстанні мікрахвалевай печчу. Правілы і спосабы разагравання астылых страў.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры гатаванні ежы (некаторых першых, другіх, трэціх страў); разаграванні астылых страў у мікрахвалевай печы.

Раздзел 5. Прадпрыемствы, установы (6 гадзін)

Прадпрыемствы гандлю.

Месцы і спосабы набыцця касметычных сродкаў, парфумерыі. Магазіны, аддзелы магазінаў, у якіх можна набыць касметычныя сродкі, парфумерыю. Выбар парфумерыі. Набыццё касметычных сродкаў, парфумерыі паштучна, наборамі.

Прадпрыемствы, сродкі сувязі.

Пошта. Бандэролі, пасылкі: іх упакоўка і парадак адпраўлення. Аплата бандэролей, пасылак. Атрыманне бандэролей, пасылак.

Прадпрыемствы грамадскага харчавання.

Сталовая. Кафэ. Паслугі сталовай, кафэ. Карыстанне паслугамі сталовай, кафэ.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры куплянні касметычных сродкаў, парфумерыі; адпраўленні і атрыманні бандэролей, пасылак на пошце; наведванні сталовай, кафэ.

Раздзел 6. Вуліца. Транспарт (6 гадзін)

Міжгародні транспарт. Транспарт для здзяйснення паездак на вялікія адлегласці: аўтатранспарт (аўтобус), чыгуначны транспарт (цягнік), авіятранспарт (самалёт).

Паездка ў міжгародні аўтобусе. Арыентаванне ў будынку аўтавакзала, аўтастанцыі. Расклад руху міжгародніх аўтобусаў, арыентаванне ў ім. Карыстанне даведачнай службай вакзала, камерай захоўвання. Набыццё білета на паездку. Арыентаванне ў запісах у білеце. Папярэдняя пакупка білета. Вяртанне білета. Месцы для пасадкі і высадкі пасажыраў. Правілы паводзін пасажыраў у працэсе паездкі.

Паездка ў цягніку далёкага накіравання. Арыентаванне ў будынку чыгуначнага вакзала. Віды паяздоў (хуткі, пасажырскі). Расклад руху цягнікоў, арыентаванне ў ім. Карыстанне даведачнай службай вакзала,

камерай захоўвання. Тыпы вагонаў цягніка (агульны, плацкартны, купэйны). Набыццё білетаў. Арыентаванне ў запісах у білеце. Залежнасць кошту білета ад віду цягніка і тыпу вагона. Папярэдняя пакупка білета. Вяртанне білета. Месцы пасадкі ў цягнік і высадкі пасажыраў. Правілы паводзін пасажыраў у працэсе паездкі.

Паездка паветраным транспартам. Авіятранспарт. Арыентаванне ў будынку аэрапорта. Авіякаса. Набыццё білета. Рэгістрацыя пасажыраў, дагляданне багажу. Пасадка ў самалёт. Правілы паводзін пасажыраў у самалёце.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры здзяйсненні паездак на міжгароднім транспарце.

Раздзел 7. Сям'я (8 гадзін)

Асноўныя дакументы грамадзяніна Рэспублікі Беларусь. Пасведчанне аб нараджэнні, пашпарт, дакумент аб навучанні. Атрыманне пашпарта. Арыенціроўка ў пашпарце, асноўных даных (серыя, нумар, асабісты нумар, кім і калі выдадзены пашпарт). Прапіска, рэгістрацыя. Дзеянні пры страце пашпарта. ID-карта – дакумент, які сведчыць асобу.

Сямейныя адносіны. Культура зносін юнака і дзяўчыны. Падрыхтоўка да сямейнага жыцця. Стварэнне сям'і. Пасведчанне аб заключэнні шлюбу. Культура сямейных адносін.

Сямейныя традыцыі. Святочны дзень у сям'і. Святкаванне сям'ёй традыцыйных свят: Новага года, Каляд, Вялікадня, 8 Сакавіка, Дня абаронцаў Айчыны і іншых свят. Віншаванне членаў сям'і, знаёмых, сяброў. Святочнае афармленне жылля.

Бюджэт сям'і. Складнікі бюджэту сям'і: даход і выдаткі. Крыніцы даходу сям'і. Асноўныя артыкулы выдаткаў. Планаванне сямейнага бюджэту. Планаванне выдаткаў на дзень, месяц. Абыходжанне з грашыма.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя веды і ўменні ў побыце пры абыходжанні са сваімі дакументамі, грашыма; планаванні выдаткаў на дзень, месяц (з дапамогай дарослых); зносінах з процілеглым полам; пры арганізацыі святочных дзён у сям'і.

Выніковыя ўрокі (4 гадзіны)

Абагульненне вывучанага на ўроках СБА ў VI–VIII класах.

АСНОЎНЫЯ ПАТРАБАВАННІ ДА ВЫНІКАЎ ВУЧЭБНАЙ ДЗЕЙНАСЦІ ВУЧНЯЎ VIII КЛАСА

Вучні ўмеюць (прадметныя кампетэнцыі):

даглядаць скуру твару;

карыстацца парфумерыяй, дэкаратыўнай касметыкай;

выбіраць і купляць сродкі для догляду скуры твару, парфумерыю, дэкаратыўную касметыку;

даглядаць верхняе адзенне (штодзённы догляд);

даглядаць галаўныя ўборы;

даглядаць дэмісезонны і зімовы абутак;

размяшчаць на захоўванне сезоннае адзенне, абутак;

мыць вокны;

даглядаць фіранкі на вокнах;

даглядаць батарэі (выдаляць пыл, мыць);

даглядаць свяцільнікі (праціраць, мыць);

выконваць сезоннае прыбіранне жылля;

гатаваць суп, суп з капусты, боршч, кашу, стравы з бульбы (вараная, пюрэ), кампот, кісель;

карыстацца мікрахвалевай печчу, разаграваць астылыя стравы;

адпраўляць пасылкі, бандэролі;

карыстацца паслугамі прадпрыемстваў грамадскага харчавання (сталовай, кафэ);

арыентавацца ў міжгароднім транспарце; працэсе здзяйснення паездкі на вялікія адлегласці ў аўтобусе, цягніку, самалёце;

арыентавацца ў асноўных дакументах грамадзяніна Рэспублікі Беларусь (пасведчанне аб нараджэнні, пашпарт, дакумент аб навучанні);

арыентавацца ў пытаннях стварэння сям’і, культуры сямейных адносін; вывучаных сямейных традыцыях;

вылучаць складнікі бюджэту сям’і (даход і выдаткі), вызначаць крыніцы даходу сям’і, асноўныя артыкулы выдаткаў;

планаваць сямейны бюджэт (планаванне выдаткаў на дзень, месяц);

абыходзіцца з грашыма.

Вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці:

пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур; доглядзе адзення і абутку; прыгатаванні ежы; перад, падчас і пасля прыёму ежы; прыбіранні жылога памяшкання;

купляннi тавараў у магазінах; карыстанні паслугамі пошты, прадпрыемстваў грамадскага харчавання; здзяйсненні паездкі з дарослымі ў міжгароднім транспарце;

арганізацыі побыту і вольнага часу сям’і; абыходжанні з асабістымі дакументамі; удзеле ў планаванні бюджэту сям’і.

IX КЛАС (70 гадзін)

Уступныя ўрокі (4 гадзіны)

Актуалізацыя вывучанага на ўроках СБА ў VI–VIII класах.

Выяўленне стану сфарміраванасці (аб'ём, правільнасць, узровень самастойнасці) сацыяльна-бытавых ведаў і ўменняў, прадугледжаных праграмай IX класа.

Раздзел 1. Асабістая гігіена (2 гадзіны)

Спосабы і сродкі догляду скуры рук, ног, пазногцяў. Спосабы догляду скуры рук, ног, пазногцяў (мыццё, чыстка, абразанне і іншыя спосабы). Прадметы, неабходныя для догляду скуры рук, ног, пазногцяў (шчотачка, губка, нажніцы, пілачкі і іншыя прадметы), прыёмы выкарыстання. Сродкі для догляду скуры рук, ног (мыла, крэм, бальзам і іншыя сродкі), іх прызначэнне, прыёмы выкарыстання. Выбар і пакупка прадметаў і сродкаў для догляду скуры рук, ног, пазногцяў.

Працэдуры па доглядзе за скурай рук, ног, пазногцямі. Манікюр, педыкюр, дэпіляцыя. Неабходнае абсталяванне і сродкі пры самастойным правядзенні працэдур. Магчымасць атрымаць такія паслугі ў цырульні, правілы паводзін падчас выканання гэтых працэдур.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры штодзённым доглядзе скуры рук, ног, за пазногцямі; ведаюць, куды можна звярнуцца для атрымання паслуг манікюру, педыкюру, дэпіляцыі (пры неабходнасці).

Раздзел 2. Адзенне. Абутак (6 гадзін)

Догляд пасцельнай бялізны. Перыядычнасць змены пасцельнай бялізны. Мыццё. Прасаванне. Месцы захоўвання пасцельнай бялізны ў кватэры, доме. Памеры пасцельнай бялізны. Выбар і куплянне пасцельнай бялізны.

Вывядзенне плям з адзення. Вывядзенне плям у хатніх умовах. Сродкі для вывядзення плям з адзення. Вывядзенне плям ад малака, марожанага, шакаладу, тлушчавых і фруктовых плям і іншых відаў плям. Асаблівасці выдалення свежых і старых плям. Адбельванне. Сродкі для адбельвання адзення.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры выбары і куплянні пасцельнай бялізны, доглядзе пасцельнай бялізны; вывядзенні плям з адзення, адбельванні адзення (пры неабходнасці).

Раздзел 3. Жыллё (8 гадзін)

Прыбіранне кухні, санвузла (ваннага пакоя, прыбіральні). Правілы і перыядычнасць прыбірання кухні, ваннага пакоя, прыбіральні. Віды пакрыццяў у памяшканнях кухні, ваннага пакоя, прыбіральні. Мыйныя

сродкі і прыстасаванні. Арыенціроўка ў інструкцыях да мыйных сродкаў. Мыццё пакрыццяў з пліткі, лінолеуму. Чыстка ракавін і іншыя віды прыбірання. Выкананне тэхнікі бяспекі пры прыбіранні.

Догляд люстэркаў. Тэхніка бяспекі пры ажыццяўленні догляду люстэркаў. Сродкі па доглядзе люстэркаў, іх выкарыстанне, месцы набыцця.

Выбар і набыццё сродкаў і прыстасаванняў для прыбірання (рознага прызначэння).

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры прыбіранні розных памяшканняў жылля, выбары і куплянні сродкаў і прыстасаванняў для прыбірання.

Раздзел 4. Харчаванне (22 гадзіны)

Прыгатаванне страў шляхам смажання. Тэхналогія прыгатавання яечні, амлету, смажанай рыбы, смажанага мяса, смажанай бульбы, бліноў. Выкананне тэхнікі бяспекі пры карыстанні патэльняй.

Абыходжанне з кухоннай тэхнікай. Мясарубка, міксер, блэндар, кавамолка, электрычны чайнік і іншая тэхніка: прызначэнне, прыёмы карыстання, тэхніка бяспекі, догляд.

Прыгатаванне катлет. Віды мяса (свініна, ялавічына, мяса з птушкі і іншыя віды мяса). Прыгатаванне фаршу для катлет. Тэхналогія смажання катлет. Выкананне тэхнікі бяспекі пры карыстанні патэльняй. Догляд патэльні пасля выкарыстання.

Карыстанне духоўкай. Функцыі духоўкі пры гатаванні страў (запяканне, тушэнне). Асноўныя часткі духоўкі. Правілы прыгатавання страў у духоўцы. Тэхніка бяспекі пры гатаванні ежы ў духоўцы. Догляд духоўкі.

Прыгатаванне страў у духоўцы. Тэхналогія прыгатавання шарлоткі, запяканкі з тварагу.

Выпечка пячэння. Прыгатаванне цеста для пячэння. Тэхналогія выпечкі пячэння ў духоўцы.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры абыходжанні з кухоннай тэхнікай, гатаванні ежы, доглядзе кухоннага начыння пасля выкарыстання пры гатаванні ежы.

Раздзел 5. Прадпрыемствы, установы (12 гадзін)

Прадпрыемствы гандлю.

Рынак. Віды рынкаў: прадуктовы, рэчавы, будаўнічы і іншыя віды; аптовы, дробнааптовы; адкрыты, крыты. Асаблівасці набыцця тавараў на рынку. Правілы паводзін на рынку.

Кірмашы. Віды, час і месца правядзення.

Месцы і спосабы набыцця бытавой тэхнікі. Магазін бытавой тэхнікі, аддзел бытавой тэхнікі ва ўніверсальным магазіне, гіпермаркеце. Рынак. Інтэрнэт-магазін. Выбар і куплянне бытавой тэхнікі. Куплянне ў растэрміноўку. Куплянне ў крэдыт.

Магазін «Сэканд-хэнд». Магазін стокавых тавараў. Асаблівасці тавараў, цэн.

Прадпрыемствы службы быту.

Цырульня. Паслугі цырульні па доглядзе валасоў (стрыжка, афарбоўванне, укладка). Паслугі цырульні па доглядзе скуры рук, ног, за пазногцямі (манікюр, педыкюр, дэпіляцыя).

Хімчыстка. Паслугі хімчысткі. У якіх выпадках можна звяртацца ў хімчыстку. Працэдура здачы і атрымання рэчаў з хімчысткі. Маўленчы этыкет і правілы паводзін.

Пральня. Паслугі пральні. Падрыхтоўка рэчаў да здачы ў пральню. Працэдура здачы і атрымання рэчаў. Маўленчы этыкет і правілы паводзін.

Пракат. Рэчы, якія можна браць напракат. Правілы карыстання паслугай пракату. Аплата паслугі.

Прадпрыемствы, сродкі сувязі.

Пошта. Афармленне падпіскі на газеты, часопісы. Грашовыя пераводы.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры пакупцы тавараў у магазінах рознага віду, на рынку, кірмашы; карыстанні рознымі паслугамі службы быту, пошты.

Раздзел 6. Вуліца. Транспарт (2 гадзіны)

Карыстанне паслугамі таксі. Асаблівасці паслугі, якая аказваецца службай таксі. Выклік таксі. Аплата праезду.

Паездка ў маршрутным таксі. Месцы пасадкі. Размяшчэнне ў таксі. Аплата праезду. Называнне патрэбнага прыпынку.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры здзяйсненні паездкі ў таксі.

Раздзел 7. Сям’я (8 гадзін)

Адносіны з суседзямі. Захаванне маральна-этычных норм ва ўзаемаадносінах з суседзямі.

Сямейныя традыцыі. Сітуацыі «Мы ідзём у госці», «У нас госці». Выбар адзення, абутку, падарункаў. Правілы паводзін у гасцях, пры прыёме гасцей.

Бюджэт сям’і. Планаванне сямейнага бюджэту. Крыніцы даходу. Вызначэнне сумы даходаў сям’і за месяц, год. Асноўныя артыкулы выдаткаў. Планаванне выдаткаў. Размеркаванне заробку на месяц. Планаванне буйных пакупак, рамонту, правядзення водпускаў. Эканомія ў хатняй гаспадарцы: правілы і спосабы эканоміі.

Працаўладкаванне. Дакументы, неабходныя для ўладкавання на работу, іх афармленне (заява, анкета і іншыя дакументы). Працоўная дамова. Працоўны стаж. Кантракт. Правілы пераходу з адной работы на другую.

Атрыманне лістка непрацаздольнасці.

Догляд хворага дома. Выклік урача дадому. Выкананне рэкамендацый урача. Правілы і месцы захоўвання лекавых сродкаў у кватэры, доме. Хатняя аптэчка. Напаўненне аптэчкі і арыентаванне ў ёй (знаходжанне бінту, ваты, перакісу і іншых сродкаў). Карыстанне аптэчкай. Месцы захоўвання аптэчкі ў доме (кватэры).

Меры па папярэджанні інфекцыйных захворванняў. Правілы і дзеянні па доглядзе інфекцыйнага хворага: вымярэнне тэмпературы, мыццё, кармленне, пераапрананне хворага, змена пасцелі і іншыя дзеянні.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя веды і ўменні ў побыце пры зносінах з суседзямі, прыходзе ў госці; удзеле ў планаванні сямейнага бюджэту; працаўладкаванні; захворванні, доглядзе хворых членаў сям’і дома.

Выніковыя ўрокі (4 гадзіны)

Абагульненне вывучанага на ўроках СБА ў VI–IX класах.

АСНОЎНЫЯ ПАТРАБАВАННІ ДА ВЫНІКАЎ ВУЧЭБНАЙ ДЗЕЙНАСЦІ ВУЧНЯЎ IX КЛАСА

Вучні ўмеюць (прадметныя кампетэнцыі):

даглядаць скуру рук, ног, пазногці;

выбіраць і купляць прадметы і сродкі для догляду скуры рук, ног, пазногцяў;

даглядаць пасцельную бялізну (мыць, прасаваць захоўваць), выбіраць і купляць яе;

выводзіць плямы з адзення ў хатніх умовах, адбельваць адзенне;

ажыццяўляць прыбіранне кухні, санвузла (ваннага пакоя, прыбіральні);

даглядаць люстэркі;

выбіраць і купляць мыйныя сродкі;

гатаваць смажаныя стравы;

гатаваць стравы ў духоўцы;

абыходзіцца з кухоннай тэхнікай;

арыентавацца на рынку;

выбіраць і купляць бытавую тэхніку;

арыентавацца ў паслугах цырульні, хімчысткі, пральні, пракату; умець карыстацца імі;

афармляць падпіску на газеты, часопісы;

ажыццяўляць грашовыя пераводы;

карыстацца паслугамі таксі;

арыентавацца ў сямейных традыцыях;

планаваць бюджэт сям'і;

арыентавацца ў арганізацыйных пытаннях працаўладкавання;

арыентавацца ў сітуацыі, калі захварэў сам ці члены сям'і;

даглядаць хворага дома;

камплектаваць і правільна захоўваць хатнюю аптэчку.

Вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці:

пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур; доглядзе адзення і абутку, пасцельнай бялізны; прыгатаванні ежы; перад, падчас і пасля прыёму ежы; прыбірання жылога памяшкання;

куплянні тавараў у магазінах; карыстанні паслугамі пошты, прадпрыемстваў бытавога абслугоўвання; пры здзяйсненні паездкі ў таксі;

арганізацыі побыту і вольнага часу сям'і, планаванні бюджэту сям'і; працаўладкаванні; сітуацыях, звязаных з захворваннем.

X КЛАС (35 гадзін)

Уступныя ўрокі (2 гадзіны)

Актуалізацыя вывучанага на ўроках СБА ў VI–IX класах.

Выяўленне стану сфарміраванасці (аб'ём, правільнасць, узровень самастойнасці) сацыяльна-бытавых ведаў і ўменняў, прадугледжаных праграмай X класа.

Раздзел 1. Асабістая гігіена (2 гадзіны)

Захаванне асабістай гігіены (абагульненне вывучанага ў I–IX класах). Правілы выканання асабістай гігіены: спосабы і перыядычнасць догляду цела. Прадметы і сродкі гігіены. Выбар і пакупка прадметаў і сродкаў догляду за сабой. Тэрмін прыдатнасці прадметаў і сродкаў гігіены, іх захоўванне.

Прафілактыка шкодных звычак. Уплыў курэння і алкаголю на здароўе чалавека. Сацыяльныя наступствы шкодных звычак. Уплыў наркотыкаў і таксічных рэчываў на арганізм чалавека. Сацыяльныя наступствы шкодных звычак.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры штодзённым выкананні гігіенічных працэдур, умеюць выбіраць, купляць і захоўваць прадметы і сродкі гігіены; ведаюць аб шкодным уплыве на здароўе курэння, алкаголю, наркотыкаў.

Раздзел 2. Адзенне. Абутак (4 гадзіны)

Арыенціроўка ў памерах адзення і абутку. Зняцце мерак і вызначэнне памеру свайго адзення і абутку. Выбар адзення, абутку патрэбнага памеру (арыентаванне ў запісах на этыкетках, знаходжанне патрэбнай маркіроўкі на прадметах адзення, абутку). Прымерка адзення, абутку. Пакупка адзення, абутку. Памеры адзення і абутку для малых.

Гардэроб. Неабходны мінімум адзення, абутку, галаўных убораў. Стыль адзення. Падбор адзення з улікам прызначэння, каляровай гамы, індывідуальных асаблівасцей фігуры. Выбар адзення з улікам фінансавых магчымасцей.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры купляннні адзення, абутку; складанні свайго гардэроба.

Раздзел 3. Жыллё (5 гадзін)

Віды жылля. Індывідуальны дом, кватэра ў шматкватэрным доме. Аднапакаёвая, двухпакаёвая, трохпакаёвая і іншыя кватэры. Асобныя пакоі, сумежныя пакоі. Агульная і жылая плошча кватэры. Уласнае і дзяржаўнае жыллё. Паштовы адрас дома.

Інтэр’ер кватэры, дома. Вызначэнне патрэбнай мэблі, прадметаў інтэр’ера; спосабы і месцы іх набыцця. Рацыянальнае размяшчэнне мэблі і іншых прадметаў у памяшканнях кватэры, дома. Утульнасць у кватэры, доме. Спосабы стварэння ўтульнасці ў памяшканні.

Касметычны рамонт кватэры, дома. Неабходнасць перыядычнага ажыццяўлення рамонту кватэры, спосабы яго выканання (самастойна; шляхам запрашэння спецыялістаў і аплаты іх працы). Падрыхтоўка да рамонту.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры атрыманні і ўладкаванні жылля; падрыхтоўцы памяшканняў да рамонту.

Раздзел 4. Харчаванне (7 гадзін)

Складанне меню на дзень. Рэжым харчавання. Традыцыйныя камплекты страў сняданку, абеду, вячэры. Складанне меню на сняданак, абед і вячэру. Вызначэнне патрэбных прадуктаў для прыгатавання страў згодна з меню на дзень.

Планаванне харчавання на тыдзень. Вызначэнне набору і колькасці прадуктаў. Пакупка прадуктаў. Вызначэнне тэрміну прыдатнасці прадуктаў.

Здаровае харчаванне. Дыетычнае харчаванне, меню. Меню для малых дзяцей.

Меню святочнага стала. Арыенціроўка ў кулінарнай кнізе. Выбар рэцэптаў і падбор прадуктаў. Складанне меню святочнага стала. Прыгатаванне салатаў, халодных закусак. Сервіроўка святочнага стала.

Догляд халадзільніка. Размарожванне і мыццё халадзільніка: правілы і спосабы дзеянняў.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры planaванні харчавання на дзень, тыдзень; планаванні пакупкі прадуктаў; складанні меню з улікам розных жыццёвых абставін (дыетычнае меню, меню для маленькіх дзяцей, меню святочнага стала).

Раздзел 5. Прадпрыемствы, установы (8 гадзін)

Прадпрыемствы гандлю.

Правы спажыўца. Інфармацыя аб таварах. Тэрмін прыдатнасці. Тэрмін службы. Гарантыйны тэрмін. Інфармацыя аб вытворцы тавару. Інструкцыя па прымяненні. Аплата пакупак наяўнымі грашыма, пластыкавымі карткамі. Захаванне таварнага чэка. Абмен і вяртанне тавараў.

Месцы і спосабы набыцця мэблі. Мэблевы магазін. Выбар і пакупка мэблі. Выраб мэблі па індывідуальнай замове. Паслугі па абнаўленні мэблі. Пошук аб’яў аб адпаведных паслугах у газеце, Інтэрнэце.

Месцы набыцця будаўнічых матэрыялаў для рамонту. Магазін будаўнічых матэрыялаў. Будаўнічы рынак. Выбар і пакупка будаўнічых матэрыялаў для касметычнага рамонту кватэры, дома.

Прадпрыемствы жыллёва-камунальнай гаспадаркі.

Домакіраўніцтва. У якіх выпадках трэба звяртацца ў домакіраўніцтва. Віды паслуг, якія прадстаўляюцца домакіраўніцтвам. Правілы падачы заявак на выкананне работ.

Фінансавыя ўстановы.

Банк. Ашчадная каса. Асноўныя паслугі. Аплата камунальных паслуг, тэлефона, электраэнергіі. Зняцце паказчыкаў электралічыльніка (лічыльніка вады і іншых прыбораў). Памер кватрплаты, тарыфы на аплату электраэнергіі, тэлефона і іншых камунальных паслуг. Правілы эканоміі. Грашовыя ўклады. Атрыманне крэдыту.

Банкамат. Інфакіёск. Банкаўская картка. Асноўныя паслугі банкамата, інфакіёска. Правілы карыстання. Тэлефонныя махляры, правілы засцярогі.

Выкарыстанне магчымасцей Інтэрнэту ў побыце: анлайн-запіс на прыём да ўрача; пакупка электронных білетаў на розныя віды транспарту; устаноўка і выкарыстанне прылад для аплаты анлайн-пакупак; інтэрнэт-магазіны, правілы бяспекі пры аплаце пакупак у Інтэрнеце і іншыя магчымасці. Анлайн-знаёмствы ў сацыяльных сетках і на сайтах знаёмстваў, меры засцярогі. Аплата за карыстанне Інтэрнетам.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні пры куплянні тавараў; звароце ў домакіраўніцтва; аплаце камунальных паслуг; карыстанні паслугамі банка, ашчадкасы; карыстанні банкаўскай карткай, банкаматам, інфакіёскам.

Раздзел 6. Сям’я (5 гадзін)

Сямейныя адносіны. Нараджэнне дзіцяці. Афармленне пасведчання аб нараджэнні дзіцяці. Дзеянні пры страце пасведчання аб нараджэнні.

Правілы і віды догляду маленькіх дзяцей. Догляд груднога дзіцяці (купанне, апрананне, гігіенічныя працэдуры, кармленне і іншыя дзеянні). Правілы ўтрымання дзіцячага посуду, цацак. Асаблівасці мыцця і захоўвання дзіцячага адзення. Стварэнне ўмоў для развіцця дзіцяці. Узаемаадносіны бацькоў і дзяцей.

Бюджэт сям’і. Зберажэнні. Спосабы захоўвання зберажэнняў. Віды ўкладаў у ашчадбанк. Віды валюты, валютныя зберажэнні.

Магчымасць выкарыстання вывучаемага матэрыялу ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці: вучні прымяняюць сфарміраваныя веды і ўменні ў побыце пры зносінах з членамі сям’і; удзеле ў планаванні сямейнага бюджэту.

Выніковыя ўрокі (2 гадзіны)

Абагульненне вывучанага на ўроках СБА ў VI–X класах.

АСНОЎНЫЯ ПАТРАБАВАННІ ДА ВЫНІКАЎ ВУЧЭБНАЙ ДЗЕЙНАСЦІ ВУЧНЯЎ X КЛАСА

Вучні ўмеюць (прадметныя кампетэнцыі):

выконваць асабістую гігіену; карыстацца прадметамі і сродкамі асабістай гігіены, правільна іх захоўваць;

выбіраць і купляць прадметы і сродкі асабістай гігіены;

ажыццяўляць паўсядзённы догляд адзення, абутку;

мыць уручную і ў пральнай машыне, сушыць, прасаваць, захоўваць прадметы адзення з розных відаў тканін;

выводзіць плямы з адзення ў хатніх умовах;

даглядаць абутак у залежнасці ад матэрыялу вырабу;

арыентавацца ў памерах, знаходзіць адзенне і абутак сваіх памераў у магазіне, прымяраць і купляць адзенне, абутак;

выбіраць і купляць, мыць, прасаваць, захоўваць пасцельную бялізну;

размяшчаць сезоннае адзенне і абутак на захоўванне;

арыентавацца ў відах жылля;

рацыянальна размяшчаць мэблю і іншыя прадметы інтэр'ера ў памяшканнях кватэры, дома;

выконваць паўсядзённае, штотыднёвае, сезоннае прыбіранне кватэры (дома);

арыентавацца ў змесце дзейнасці па падрыхтоўцы да рамонту; спосабах выканання касметычнага рамонту кватэры, дома; месцах набыцця будаўнічых матэрыялаў для касметычнага рамонту;

адрозніваць прадукты харчавання розных груп; адрозніваць дабраякасныя (прыдатныя да ўжывання) і сапсаваныя (непрыдатныя да ўжывання) прадукты;

размяшчаць прадукты харчавання ў адпаведных месцах захоўвання;

размарожваць і мыць халадзільнік;

гатаваць самыя простыя першыя, другія, трэція стравы;

арыентавацца ў кулінарнай кнізе, гатаваць стравы па рэцэпце;

складаць меню на дзень, тыдзень;

правільна карыстацца кухонным, сталовым, чайным посудам, сталовымі прыборамі, кухоннымі прыстасаваннямі і інструментамі, асноўнай бытавой кухоннай тэхнікай;

сервіраваць стол;

прыбіраць стол пасля ежы, мыць посуд;

арыентавацца ў паслугах, якія аказваюцца рознымі прадпрыемствамі і ўстановамі (гандлю, службы быту, сувязі, культуры);

арыентавацца ў месцазнаходжанні бліжэйшых прадпрыемстваў і ўстаноў сферы абслугоўвання насельніцтва ў раёне пражывання;

ажыццяўляць пакупкі ва ўніверсальных, спецыялізаваных магазінах, на рынках, у кіёсках;

вызначаць па надпісах на ўпакоўках тавараў тэрмін прыдатнасці, тэрмін службы, вытворцу тавару;

карыстацца паслугамі цырульні, пральні, хімчысткі, пошты, ашчадкасы, рамонтных майстэрняў, службы пракату, фотаатэлье, атэлье па пашыве адзення;

карыстацца тэлефонам; звяртацца па тэлефоне ў службы экстраннай дапамогі: пажарную, міліцыю, хуткую дапамогу; выклікаць таксі;

арыентавацца ў відах паслуг, якія прадстаўляюцца домакіраўніцтвам, падаваць заяўку на выкананне работ;

аплачваць камунальныя паслугі;

ажыццяўляць плацяжы наяўнымі грашыма і банкаўскімі карткамі;

карыстацца банкаматам, інфакіёскам;

ажыццяўляць паездку ў грамадскім транспарце (гарадскім, прыгарадным, міжгароднім);

арыентавацца ў асноўных мясцовых маршрутах транспарту;

арыентавацца ў раскладзе руху транспартных сродкаў;

называць сябе і членаў сваёй сям'і: бацьку, маці, брата, сястру, дзядуляў і бабуль; вызначаць уласную сацыяльную ролю ў сям'і (сын ці дачка, унук ці ўнучка, брат, сястра);

арыентавацца ў размеркаванні абавязкаў у побыце паміж членамі сям'і;

арыентавацца ў спосабах арганізацыі вольнага часу сям'і, сямейных традыцыях;

віншаваць са святамі;

запрашаць і прымаць гасцей;

планаваць сямейны бюджэт: вызначаць суму даходаў сям'і за месяц, планаваць выдаткі;

выконваць асноўныя віды догляду маленькіх дзяцей у сям'і (купанне, апрананне, кармленне і іншыя віды догляду);

арыентавацца ў пашпарце, асноўных даных (серыя, нумар, асабісты нумар, кім і калі выдадзены пашпарт), умець іх выпісваць;

збіраць, афармляць дакументы, якія прадстаўляюцца пры ўладкаванні на работу;

звяртацца ў медыцынскія ўстановы па медыцынскую дапамогу;

выклікаць урача дадому;

даглядаць хворага дома;

аказваць першую дапамогу пры ўдары, насавым крывацёку, драпінах, укусах насякомых, апёку, адмарожванні, сонечным удары, харчовым атручванні, галаўным болі.

Вучні ўмеюць (метапрадметныя кампетэнцыі):

арыентавацца ў тыповай сацыяльна-бытавой сітуацыі і выбіраць неабходныя сродкі, мадэлі паводзін, планаваць паслядоўнасць дзеянняў, кантраляваць правільнасць дзейнасці па яе выніку.

Вучні праяўляюць (асобасныя кампетэнцыі):

патрэбу ў самастойнасці, незалежнасці ад дапамогі навакольных, пазітыўнае стаўленне да засвоеных відаў сацыяльна-бытавой дзейнасці і перакананне ў неабходнасці іх выканання.

Вучні прымяняюць сфарміраваныя ўменні ў паўсядзённай сацыяльна-бытавой жыццядзейнасці:

пры выкананні штодзённых гігіенічных працэдур; доглядзе адзення і абутку, пасцельнай бялізны; прыгатаванні ежы; перад, падчас і пасля прыёму ежы; прыбіранні жылога памяшкання;

здзяйсненні пакупак; карыстанні паслугамі пошты, прадпрыемстваў бытавога абслугоўвання; наведванні ўстаноў культуры, месцаў адпачынку; здзяйсненні паездак у грамадскім транспарце;

арганізацыі побыту і вольнага часу сям’і, планаванні бюджэту сям’і; доглядзе маленькіх дзяцей у сям’і; працаўладкаванні; у сітуацыях, звязаных з захворваннем, мікратраўмамі.