

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Комитет образования Павлоградского муниципального района

МБОУ "Павлоградский лицей им.Б.М.Катышева"

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Пятак И.Р.

Приказ №1 от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ Шерстюк Н.С.

Приказ №1111/4 от «02» сентября 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

5-9 классов

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

р.п. Павлоградка

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом обучающихся с интеллектуальными нарушениями; приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями», Федеральной рабочей программой по учебному предмету "Основы социальной жизни"(V-IX классы)

Цель программы: подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Достижение поставленных целей обеспечивается решением следующих **задач:**

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Особенностью учебной программы является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны

способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

На изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится:

5 класс -1 час в неделю-34 часа;

6 класс -1 час в неделю-34 часа;

7 класс -2 часа в неделю-68 часов;

8 класс -2 час в неделю -68 часов;

9 класс -2 часа в неделю -68 часов.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся по программе коррекционной школы. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,
- творческого отношения к домашнему труду;
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;)
- формирование у обучающихся знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества,
- социализация обучающихся;
- подготовка обучающихся к самостоятельной жизни.
- формирование и совершенствование у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны уметь прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.
- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Без напоминания взрослых самостоятельно совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Самостоятельно различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Без руководства взрослых следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Знать правила хорошего тона, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.
- Уметь писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Знать виды общественного транспорта, соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения. Самостоятельно выбирать необходимые продукты

питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

6 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-Творческого отношения к домашнему труду;

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

-Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

-Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.

- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.

- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.

- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.

- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.

- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.

- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.

- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.

- Виды медицинской помощи; функции основных врачей-специалистов; о возможном вреде самолечения.

- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.

- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

- Правила поведения в природной среде; правила перекопки почвы и подготовки к посадке; правила высаживания рассады, луковиц, клубней цветочных культур; правила ухода за саженцами.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.

- Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены.

- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье. Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.

- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.

- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.

- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.

- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.

- Записываться на приём к врачу; вызывать скорую помощь, врача на дом; приобретать лекарства в аптеке; описывать симптомы болезни.

- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки. о пользоваться садово-огородным инвентарём; высаживать луковицы, клубни, рассаду цветочных культур; ухаживать за саженцами; выдвигать свои идеи по улучшению экологической обстановки; пояснять своё личностное отношение к поведению людей в природной среде.

7 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

-Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- 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.

- 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 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.

- 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.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- 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.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

8 классе

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду.
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны знать пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- Ежедневно без напоминания взрослых правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге.

9 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

-Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,

-творческого отношения к домашнему труду;

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

-Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь)

- Сформированность у воспитанников знаний и умений, способствующих социальной адаптации.

- Освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков.
- Развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности.
- Повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
- Воспитание позитивных качеств личности.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Достаточный уровень:

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка, выполнять сервировку праздничного стола.
- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок. Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, и заполнять анкету.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личная гигиена и здоровье.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Уборка жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания.

Рынки. Виды продовольственных рынков: открытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Маршрут из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправок: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учебно-образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому -либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Тематическое планирование

Количество часов по учебному плану:

5 класс – основы социальной жизни -34часа; в неделю – 1час.

6 класс – основы социальной жизни - 34часа; в неделю – 1час.

7 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

8 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

9 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

5класс

Основы социальной жизни

| № урока | Тема урока (раздела) | Кол-во часов | Дата |
|-----------------------------|---|--------------|------|
| Вводное занятие(1ч.) | | | |
| 1 | Беседа о цели, содержании и значении предмета ОСЖ Особенности уроков ОСЖ | 1 | |
| Личная гигиена(5ч.) | | | |
| 2 | Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека | 1 | |
| 3 | Утренний и вечерний туалет: Содержание, правила и приемы выполнения, значение. | 1 | |
| 4 | Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. | 1 | |
| 5 | Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. | 1 | |
| 6 | Правила содержания личных вещей. | 1 | |
| Одежда и обувь(4ч.) | | | |
| 7 | Виды одежды в зависимости от пола и возраста. | 1 | |
| 8 | Виды одежды в зависимости от пола и возраста. | 1 | |
| 9 | Правила повседневного ухода за обувью. | 1 | |
| 10 | Правила подготовки обуви к хранению посезонно. | 1 | |
| Питание (9ч.) | | | |

| | | | |
|--------------------------------|--|---|--|
| 11 | Продукты питания. Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека | 1 | |
| 12 | Режим питания | 1 | |
| 13 | Место приготовления пищи, оборудование. Мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения | 1 | |
| 14 | Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. | 1 | |
| 15 | Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. | 1 | |
| 16 | Приготовление завтрака. Бутерброды. Техника безопасности при работе с ножом. | 1 | |
| 17 | Заваривание чая. Инструктаж по технике безопасности с электрическим чайником | 1 | |
| 18 | Приготовление винегрета | 1 | |
| 19 | Сервировка стола к завтраку | 1 | |
| Культура поведения(4ч.) | | | |
| 20 | Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя | 1 | |
| 21 | Разговор со старшими и сверстниками. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании | 1 | |
| 22 | Правила поведения в общественных местах (библиотека, музей, кинотеатр, школа) | 1 | |
| 23 | Правила поведения за столом, в столовой | 1 | |
| Жилище(3ч.) | | | |
| 24 | Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды отопления в городе и селе | 1 | |
| 25 | Виды жилья «государственное», «собственное». Варианты квартир. Названия комнат по назначению. | 1 | |

| | | | |
|-----------------------|---|----|--|
| 26 | Почтовый адрес дома и школы. | 1 | |
| Транспорт(3ч.) | | | |
| 27 | Виды транспортных средств. | 1 | |
| 28 | Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения | 1 | |
| 29 | Правила поведения на остановке и в общественном транспорте. | 1 | |
| Торговля (2ч.) | | | |
| 30 | Основные виды магазинов. Виды отделов в продовольственных магазинах. | 1 | |
| 31 | Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.Порядок покупки товара. | 1 | |
| Семья(3ч.) | | | |
| 32 | Что такое семья?Родственные отношения в семье. | 1 | |
| 33 | Взаимоотношения между членами семьи. | 1 | |
| 34 | Взаимопомощь в семье. | 1 | |
| Итого | | 34 | |

6класс

| № урока | Тема урока (раздела) | Кол-во часов |
|----------------------------|---|--------------|
| Личная гигиена(5ч.) | | |
| 1 | Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. | 1 |
| 2 | Закаливание организма. Гигиенические требования к использованию личного | 1 |

| | | |
|----------------------------|--|---|
| | белья. | |
| 3 | Виды врачебной помощи. Вызов врача на дом. | 1 |
| 4 | Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. | 1 |
| 5 | Медицинские учреждения. Функции основных врачей специалистов. | 1 |
| Одежда и обувь(3ч.) | | |
| 6 | Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. | 1 |
| 7 | Домашние животные и птицы в сельской местности:виды домашних животных, особенности содержания и уход. | 1 |
| 8 | Наиболее распространенные болезни некоторых животных. | 1 |
| Семья(5ч.) | | |
| 9 | Значение опрятного вида человека. Поддержка одежды и обуви в чистоте и порядке.Правила и приёмы ручной стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. | 1 |
| 10 | Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом | 1 |
| 11 | Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи | 1 |
| 12 | Права и обязанности каждого члена семьи. | 1 |
| 13 | Место работы каждого члена семьи | 1 |
| Транспорт (4ч.) | | |
| 14 | Основные транспортные средства. Ближайшие населённые пункты | 1 |
| 15 | Наиболее рациональные маршруты передвижения в | 1 |

| | | |
|---------------------------------|---|---|
| | разные точки села | |
| 16 | Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий Знакомство со знаками дорожного движения, установленными в селе. | 1 |
| 17 | Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта. Правила поведения в общественном транспорте | 1 |
| Культура поведения (2ч.) | | |
| 18 | Правила поведения в общественных местах (кинотеатр, театр, музей, библиотека) | 1 |
| 19 | Правила безопасного поведения при посещении массовых мероприятий. Инструктаж по ТБ при посещении массовых мероприятий. | 1 |
| Средства связи (4ч.) | | |
| 20 | Основные средства связи (почта, телефон, интернет) | 1 |
| 21 | Почта. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы) | 1 |
| 22 | Виды писем (простые, заказные, международные письма). Порядок отправки писем. Стоимость пересылки. | 1 |
| 23 | Написание адреса,индекса,на конвертах | 1 |
| Жилище(3ч.) | | |
| 24 | Виды жилых помещений. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. | 1 |
| 25 | Основные правила организации рабочего места школьника. | 1 |
| 26 | Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пылесос. Устройство. Инструктаж по ТБ при работе с пылесосом | 1 |
| Питание (2ч.) | | |
| 27 | Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы | 1 |

| | | |
|-------------------------------------|---|---|
| | хранения продуктов и готовой пищи Способы выбора доброкачественных продуктов. Определение срока годности. Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи | |
| 28 | Кухонные приборы. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Ужин. Виды блюд. Сервировка стола к ужину. | 1 |
| Торговля(2ч.) | | |
| 29 | Продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость. | 1 |
| 30 | Порядок приобретения товара. Оплата. Хранение чека для возможности обмена товара. Гарантия товара. | 1 |
| Медицинская помощь(4ч.) | | |
| 31 | Виды медицинских учреждений и их назначение. Работники медицинских учреждений. | 1 |
| 32 | Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация. | 1 |
| Учреждения и организации(2ч) | | |
| 33 | Дошкольные и школьные учреждение и их назначение. | 1 |
| 34 | Учреждения дополнительного образования. | 1 |

7класс

| № урока | Тема урока (раздела) | Кол-во часов |
|----------------------------|--|--------------|
| Личная гигиена(6ч.) | | |
| 1 | Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. | 1 |
| 2 | Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания | 1 |
| 3 | Способы и приемы выполнения различных видов | 1 |

| | | |
|---------------------------|---|---|
| | процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. | |
| 4 | Составление комплексов утренней гимнастики. | 1 |
| 5 | Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. | 1 |
| 6 | Виды шампуней в зависимости от типов волос. | 1 |
| Одежда и обувь(5ч) | | |
| 7 | Уход за одеждой. | 1 |
| 8 | Материалы используемые для одежды (хлопок, шерсть ,синтетика, лен, шелк). | 1 |
| 9 | Ручная и машинная стирка изделия. | 1 |
| 10 | Стиль одежды. | 1 |
| 11 | История возникновения одежды. | 1 |
| Семья(5ч.) | | |
| 12 | Семейный досуг. | 1 |
| 13 | Туристические походы, посещение спортивных секций. | 1 |
| 14 | Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение музеев, кинотеатров. | 1 |
| 15 | Досуг как развитие постоянного интереса к какому -либо виду деятельности (хобби):коллекционирование чего-либо, фотографии. | 1 |
| 16 | Летний отдых. | 1 |
| Транспорт (5ч.) | | |
| 17 | Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов | 1 |
| 18 | Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа. | 1 |
| 19 | Инструктаж по технике безопасности в месте отправления | 1 |

| | | |
|---------------------------------|---|---|
| | поездов | |
| 20 | Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов. | 1 |
| 21 | Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа. | 1 |
| Культура поведения (4ч.) | | |
| 22 | Правила приема приглашения в гости. Практическая работа Оформление приглашительного на день рождения. | 1 |
| 23 | Подготовка к походу в гости. Правила поведения в гостях. | 1 |
| 24 | Подарки. Правила поведения при вручении и принятии подарка | 1 |
| 25 | Практическая работа Подарки. Изготовление несложных сувениров. | 1 |
| Средства связи (6ч.) | | |
| 26 | Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки | 1 |
| 27 | Практическая работа. Заполнение бланков отправления бандеролей | 1 |
| 28 | Экскурсия в почтовое отделение. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий | 1 |
| 29 | Виды бандеролей. | 1 |
| 30 | Порядок их отправления Упаковка. | 1 |
| 31 | Стоимость пересылки. | 1 |
| Жилище(6ч.) | | |
| 32 | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры, дома к зиме, к лету. | 1 |
| 33 | Уборка комнаты. Мытье зеркал. Инструктаж по технике | 1 |

| | | |
|-----------------------|--|---|
| | безопасности с моющими средствами. | |
| 34 | Санитарная обработка помещения в случае необходимости. | 1 |
| 35 | Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.) | 1 |
| 36 | Практическая работа: Уход за мебелью. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами | 1 |
| 37 | Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. | 1 |
| Питание (11ч.) | | |
| 38 | Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда | 1 |
| 39 | Инструктаж по технике безопасности с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью Рецепты первых блюд. Щи из свежей капусты. | 1 |
| 40 | Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты вторых блюд. Овощное рагу. | 1 |
| 41 | Использование механических и электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Техника безопасности при работе с электроприборами | 1 |
| 42 | Рецепты вторых блюд из рыбных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. | 1 |
| 43 | Рецепты вторых блюд из мясных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. | 1 |
| 44 | Рецепты третьих блюд. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника | 1 |

| | | |
|--|---|---|
| | безопасности при работе с ножом | |
| 45 | Оформление готовых блюд. | 1 |
| 46 | Сервировка стола к обеду | 1 |
| 47 | Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда | 1 |
| 48 | Ужин. Сервировка стола к ужину. | 1 |
| Торговля(5ч.) | | |
| 49 | Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов | 1 |
| 50 | Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость. | 1 |
| 51 | Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров. | 1 |
| 52 | Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров. | 1 |
| 53 | Повторение | 1 |
| Медицинская помощь(4ч.) | | |
| 54 | Домашняя аптечка. Термометр | 1 |
| 55 | Лекарственные растения. О вреде самолечения | 1 |
| 56 | Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, ушибах, переломах. | 1 |
| 57 | Практическая работа. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность | 1 |
| Учреждения и организации(3ч.) | | |
| 58 | Образовательные учреждения. Организации. | 1 |
| 59 | Местные и промышленные предприятия. | 1 |
| 60 | Названия предприятия. Виды. | 1 |
| Повторение и контроль изученного материала(8ч.) | | |

| | | |
|----|--|---|
| 61 | Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена», «Одежда и обувь» | 1 |
| 62 | Повторение изученного материала по разделу « Семья», | 1 |
| 63 | Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь» | 1 |
| 64 | Повторение изученного материала по разделу «Транспорт», | 1 |
| 65 | Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения», « Средства связи» | 1 |
| 66 | Повторение изученного материала по разделу «Жилище», «Питание» | 1 |
| 67 | Повторение изученного материала по разделу «Торговля», «Учреждение и организации» | 1 |
| 68 | Повторение. Тестирование | 1 |

8класс

| № урока | Тема урока (раздела) | Кол-во часов |
|----------------------------|--|--------------|
| Личная гигиена(4ч.) | | |
| 1 | Значение здоровья в жизни человека. Уход за кожей. | 1 |
| 2 | Уход за волосами, ногтями ,кожей лица. | 1 |
| 3 | Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека. Влияние солнечных лучей на кожу лица. | 1 |
| 4 | Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. | 1 |
| Одежда и обувь(6ч.) | | |
| 5 | Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. | 1 |
| 6 | Значение здоровья в жизни человека. | 1 |
| 7 | Прачечная. Виды услуг. Правила пользования. Прачечная | 1 |

| | | |
|---------------------------------|--|---|
| | самообслуживания. Заполнение бланков для сдачи белья. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку | |
| 8 | Утюжка блузок рубашек, платьев. Инструктаж по технике безопасности работы с утюгом | 1 |
| 9 | Правила проживания в домах. Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины. | 1 |
| 10 | Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. | 1 |
| Семья(6ч.) | | |
| 11 | Бюджет семьи. Виды и источники дохода. | 1 |
| 12 | Планирование покупок. | 1 |
| 13 | Значение и способы экономии расходов. | 1 |
| 14 | Будущая семья. | 2 |
| 15 | Семейные отношения. | |
| 16 | Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства. | 1 |
| Транспорт (3ч.) | | |
| 17 | Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения. | 1 |
| 18 | Водный транспорт. Порт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда | 1 |
| 19 | Правила поведения на автобусной станции. | 1 |
| Культура поведения (2ч.) | | |
| 20 | Культура общения юноши и девушки. | 1 |
| 21 | Внешний вид. | 1 |
| Средства связи (2ч.) | | |

| | | |
|----------------------|---|---|
| 22 | Телефон. Телефонный справочник | 1 |
| 23 | Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи. | 1 |
| Жилище(3ч.) | | |
| 24 | Моющие средства для уборки. Печатные инструкции к моющим средствам. Уборка кухни, санузла, ванны. | 1 |
| 25 | Чистка раковин Инструктаж по технике безопасности при использовании чистящих средств. | 1 |
| 26 | Уборка кухни. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих и чистящих средств. | 1 |
| Питание (9ч.) | | |
| 27 | Виды теста | 1 |
| 28 | Тесто пресное. Приготовление теста для блинов Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. | 1 |
| 29 | Тесто дрожжевое. Приготовление дрожжевого теста. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. | 1 |
| 30 | Приготовление пиццы. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Техника безопасности при работе с ножом. | 1 |
| 31 | Повторение | 1 |
| 32 | Песочное тесто. Выпечка печенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. | 1 |
| 33 | Заготовка продуктов впрок. Квашение, соление овощей, варенье | 1 |
| 34 | Квашение капусты. Техника безопасности при работе с ножом | 1 |
| 35 | Варка варенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью | 1 |

| Торговля(3ч.) | | |
|---|---|---|
| 36 | Специализированные магазины | 1 |
| 37 | Стоимость основных промышленных товаров. | 1 |
| 38 | Упражнения в подсчёте стоимости покупок. | 1 |
| Медицинская помощь(5ч.) | | |
| 39 | Ожоги. Первая помощь при ожогах. | 1 |
| 40 | Первая помощь при обмороживании | 1 |
| 41 | Отравления. Первая помощь при отравлениях. | 1 |
| 42 | Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. | 1 |
| 43 | Инфекционные заболевания и меры их предупреждения | 1 |
| Учреждения и организации(2ч.) | | |
| 44 | Организации. Отделы внутренних дел. Организация пенсионного фонда. Налоговая инспекция. | 1 |
| 45 | Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения. | 1 |
| Экономика домашнего хозяйства(8ч) | | |
| 46 | Бюджет семьи. | 1 |
| 47 | Доходы и расходы | 1 |
| 48 | Основные статьи расходов семьи. | 1 |
| 49 | Планирование расходов. Правила экономии | 1 |
| 50 | Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной энергии. Оплата коммунальных услуг. | 1 |
| 51 | Упражнения в планировании крупных покупок | 1 |
| 52 | Значение и способы экономии расходов. | 1 |
| 53 | Планирование дорогостоящих покупок. | 1 |
| Повторение и контроль изученного материала(15ч.) | | |
| 54 | Повторение изученного материала по разделу «Личная | 1 |

| | | |
|----|--|---|
| | гигиена», | |
| 55 | Повторение изученного материала по разделу «Одежда и обувь» | 1 |
| 56 | Повторение изученного материала по разделу «Семья», | 1 |
| 57 | Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь» | 1 |
| 58 | Повторение изученного материала по разделу «Транспорт», | 1 |
| 59 | Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения», | 1 |
| 60 | Повторение изученного материала по разделу «Средства связи» | 1 |
| 61 | Повторение изученного материала по разделу «Жилище», | 1 |
| 62 | Повторение изученного материала по разделу | 1 |
| 63 | Повторение изученного материала по разделу «Питание» | 1 |
| 64 | Повторение изученного материала по разделу «Торговля», | 1 |
| 65 | Повторение изученного материала по разделу «Учреждение и организации» | 1 |
| 66 | Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства» | 1 |
| 67 | Повторение (тестирование) | 1 |
| 68 | Обобщающий урок. | 1 |

9класс

| № урока | Тема урока (раздела) | Кол-во часов |
|----------------------------|---|--------------|
| Личная гигиена(3ч.) | | |
| 1 | Особенности соблюдения личной гигиены подростком. | 1 |
| 2 | Правила и приемы соблюдения личной гигиены | 1 |

| | | |
|---------------------------------|--|---|
| | подростками (отдельно для девочек и мальчиков). | |
| 3 | Средства и способы укрепления здоровья. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух. | 1 |
| | | |
| Одежда и обувь(5ч.) | | |
| 4 | Стиль одежды. Обновление одежды. | 1 |
| 5 | Выбор одежды и обуви при покупке. | 1 |
| 6 | Практическая работа. Определение своего размера. | 1 |
| 7 | Правила и способы выведение мелких пятен на одежде в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. | 1 |
| 8 | Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь» | 1 |
| Семья(3ч.) | | |
| 9 | Условия для создания семьи. | 1 |
| 10 | Что такое брак. | 1 |
| 11 | Семейные отношения. Семейные традиции | 1 |
| Транспорт | | |
| 12 | Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал | 1 |
| 13 | Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов. | 1 |
| 14 | Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал | 1 |
| 15 | Маршруты. Порядок приобретения билетов. | |
| 16 | Стоимость проезда. Регистрация рейсов. | 1 |
| Культура поведения (4ч.) | | |
| 17 | Поведение в обществе. Правила общежития. | 1 |
| 18 | Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми | 1 |
| 19 | Культура общения юноши и девушки. | 1 |

| | | |
|-----------------------------|--|---|
| 20 | Внешний вид. | 1 |
| Средства связи (3ч.) | | |
| 21 | Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, интернет, телефон с определителем. Особенности каждого вида связи и их значимость. Необходимость в современных условиях жизни общества. | 1 |
| 22 | Виды денежных переводов. Стоимость отправки | 1 |
| 23 | Заполнение бланков денежных переводов | 1 |
| Жилище(3ч.) | | |
| 24 | Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер | 1 |
| 25 | Сохранение жилищного фонда | 1 |
| 26 | Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер | 1 |
| Питание (ч.) | | |
| 27 | Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд. | 1 |
| 28 | Приготовление диетического блюда | 1 |
| 29 | Питание детей | 1 |
| 30 | Приготовление блюда для детей | 1 |
| 31 | Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой | 1 |
| 32 | Национальные блюда | 1 |
| 33 | Приготовление национальных блюд | 1 |
| 34 | Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола | 1 |
| Торговля(3ч.) | | |
| 35 | Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов. Значение ярмарок | 1 |
| 36 | Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания, продовольственными товарами и реализации | 1 |

| | | |
|---|---|---|
| | сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка, цена на отдельные товары. Проверочный тест | |
| 37 | Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. | 1 |
| Медицинская помощь(5ч.) | | |
| 38 | Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний | 1 |
| 39 | Уход за больным. | 1 |
| 40 | Сюжетная игра – «Больной в доме». | 1 |
| 41 | Документы подтверждающие нетрудоспособность. | 1 |
| 42 | Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности | 1 |
| Учреждения и организации(3ч.) | | |
| 43 | Предприятия бытового обслуживания населения. Их назначение | 1 |
| 44 | Виды услуг | 1 |
| 45 | Деятельность предприятий. | 1 |
| Экономика домашнего хозяйства(8ч.) | | |
| 46 | Бюджет семьи. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы | 1 |
| 47 | Экономия в домашнем хозяйстве | 1 |
| 48 | Сбербанк. | 1 |
| 49 | Государственное страхование. | |
| 50 | Сбережения. Назначение сбережений. | 1 |
| 51 | Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. | |
| 52 | Повторение изученного материала. | 1 |
| 53 | Повторение | 1 |

| | | |
|---|--|---|
| | | |
| Профориентация и трудоустройство | | |
| 54 | Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива | 1 |
| 55 | Учреждения и отделы по трудоустройству | 1 |
| 56 | Оформление на работу. Документы, необходимые для оформления на работу | 1 |
| 57 | Собеседование. Оформление на работу | 1 |
| 58 | Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка), правила их составления. | 1 |
| 59 | Практическая работа «Написание заявлений о зачислении в учебное заведение, об увольнении». | 1 |
| 60 | Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива | 1 |
| 61 | Повторение изученного материала по разделу «Семья», | 1 |
| 62 | Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь» | 1 |
| 63 | Повторение изученного материала по разделу «Питание» | 1 |
| 64 | Повторение изученного материала по разделу «Торговля», « Учреждение и организации» | 1 |
| 65 | Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения» | 1 |
| 66 | Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства» | 1 |
| 67 | Итоговая промежуточная аттестация.(тестирование) | 1 |
| 68 | Обобщающий урок. | 1 |

Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности

Технические средства обучения.

Компьютер.

Учебно-методическое обеспечение

1. В.П.Субчева: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 5 класс. Для специальных (коррекционных) школ VIII вида
2. В.П. Субчева: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 6 класс. Для специальных (коррекционных)школ VIII вида
3. В.П. Субчева: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 7 класс. Для специальных (коррекционных)школ VIII вида
4. В.П. Субчева: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 8 класс. Для специальных (коррекционных)школ VIII вида
5. В.П. Субчева: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие.9 класс. Для специальных (коррекционных.) школ VIII вида

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При устном опросе:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: правильно понимает сущность вопроса, может с помощью учителя или самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки.

-Оценка «4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

-Оценка «3» ставится в том случае, если обучающийся правильно понимает сущность рассматриваемых понятий, но при ответе: обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; испытывает затруднения в определении основных понятий, определений, правил; отвечает неполно на вопросы учителя, недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение, нуждается в постоянной помощи учителя; не может применить знания в новой ситуации и связать с ранее изученным материалом.

-Оценка «2» не ставится

При выполнении письменных самостоятельных работ:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объёме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

- Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

- Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%- 50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

-Оценка «2» не ставится

Критерии оценивания тестовых заданий

«5» - правильное выполнение 90 - 100% заданий теста

«4» - правильное выполнение 70 - 89% заданий теста

«3» - правильное выполнение 50 - 69% заданий теста

«2» - не ставится