

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования молодежной политики
Свердловской области
Управление образования Ирбитского муниципального образования
МОУ «Знаменская СОШ»

Попова Ольга
Константиновна

Подписано цифровой
подписью: Попова Ольга
Константиновна
Дата: 2023.09.27 11:21:58
+05'00'

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ О.К. Попова

Приказ №264-од

от «30» августа 2023 г.

Рабочая программа учебного предмета
«Основы социальной жизни»
для обучающихся по адаптированной основной
общеобразовательной программе образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

с. Знаменское 2023г.

1. Пояснительная записка

Цель учебного предмета «Основы социальной жизни» практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные **задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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.

2. Общая характеристика учебного предмета

Предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 9 классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Изучаемый предмет имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях по ОСЖ знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Только комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

Занятия по ОСЖ проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане:

На изучение предмета «Основы социальной жизни» в 5-9 классе отводится 2 часа в неделю. Программа рассчитана на 680 часов в год.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям; -формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

- 1) навыки самообслуживания и ведения домашнего хозяйства, необходимые в повседневной жизни;
- 2) знание названий, назначения и особенностей функционирования организаций, учреждений и предприятий социальной направленности
- 3) умения обращаться в различные организации и учреждения социальной направленности для решения практических жизненно важных задач.

5. 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. Средства для борьбы с перхотью и выпадением 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. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки")). 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). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

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. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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): 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. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

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.

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

Правила ухода за убранством жилых комнат.

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.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), 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. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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. Гарантийные средства носки.

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

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. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

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); 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. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые 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. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

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

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.

Проезд из дома в образовательную организацию. 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 отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

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. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

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.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

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

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

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

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

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.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

5 класс

№ урока	Наименование раздела и темы урока	Количество часов	Характеристика деятельности учащегося
1	<i>Введение. О предмете СБО</i> Экскурсия по кабинету <i>Инструктаж №103 по охране труда при проведении занятий в кабинете технологии</i>	1	Пассивное слушание. Учащийся практикуется в устной речи.
	Личная гигиена		
2-3	Правила личной гигиены в течение дня	2	Знание и соблюдение правил личной гигиены
4-5	Правила охраны зрения (освещение рабочего места, чтение, просмотр телепередач)	2	
6-7	Уход за ушами	2	
8-9	Уход за волосами	2	
	Одежда и обувь		
10-11	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	2	Знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения
12-13	П/р « Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению».	2	
14-15	Виды обуви, их назначение.	2	
16-17	Повседневный уход за обувью.	2	
	Питание		
18-19	Значение продуктов питания для здоровья человека.	2	Знание правил и умение составления рациона питания соблюдение правил техники безопасности на кухне. Умение выполнять правила и приемы ухода за посудой умение применять чайную посуду умение заваривать чай, соблюдение правил по охране труда; формирование навыка по приготовлению завтрака
20-21	Кухонная посуда, приборы и приспособления – назначение. Столовая посуда, приборы – назначение.	2	
22-23	Сервировка стола к завтраку.	2	
24-25	Чайная посуда. Правила заваривания чая. Техника безопасности в обращении с кипятком.	2	
26-27	П/р «Приготовление бутербродов». Техника безопасности в обращении с ножом. <i>Инструктаж №103 по охране труда при проведении занятий в кабинете технологии</i>	2	
28-29	Правила мытья и чистки посуды.	2	
	Я и моя будущая семья.		

30-32	Понятие о доме, семье, семейных обязанностях. Члены семьи. Семейные традиции. Уклад семьи в прошлом. Современная семья.	3	
33-34	Состав моей семьи.	2	
35-36	Семейные традиции. <i>Традиции разных наций</i>	2	
	Культура поведения		
37-38	Поведение в музее, библиотеке.	2	Знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении, умение заполнять почтовый конверт, умение правильно вести себя в учреждениях
39-40	Поведение за столом. Упражнения по этикету.	2	
41-42	Правила приема пищи.	2	
43-44	Обобщение пройденного материала. Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	2	
	Жилище		
45-46	Виды жилых помещений в городе и деревне.	2	
47-48	Почтовый адрес дома, школы.	2	Культуры, умение правильно вести себя в учреждениях культуры, умение правильно вести себя за столом, умение правильно вести себя за столом.
49-50	Гигиенические требования к жилому помещению.	2	
51-52	Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки детской комнаты.	2	
53-54	Правила вытирания пыли. Правила подметания пола.	2	
55-56	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Ежедневная уборка в моей комнате».	2	
	Транспорт		
57-58	Виды городского и пригородного транспорта. Правила передвижения на велосипеде.	2	Умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте, умение правильно вести себя в общественном транспорте, соблюдение правил дорожного движения
59-60	Правила поведения в транспорте и на улице.	2	
61-62	Изучение правил ПДД с помощью игры.	2	
	Торговля		
63-64	Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	2	Умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и
65-66	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров.	2	

67-68	Экскурсия в продовольственный магазин.	2	учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск), умение правильно вести себя в учреждениях, умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках
			Всего: 68 часов

6 класс

№ урока	Наименование раздела и темы урока	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся
	Личная гигиена		Пассивное слушание.
1-2	Закаливание организма.	2	Учащийся практикуется в устной речи, знание и соблюдение правил
3-4	Одежда и обувь	2	личной гигиены, знание правил ухода за
5-6	Ремонт одежды.	2	одеждой и обувью,
7-8	Входная контрольная работа	2	Осуществление ухода
9-10	Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями.	2	умение подбирать
11-12	Пришивание вешалки к пальто.	2	одежду и обувь по
13-14	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.	2	сезону, в зависимости от назначения
	Питание		Знание правил и
15-16	Режим питания. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с режущими инструментами и кипятком.	2	умение составления рациона питания
17-18	Правила пользования электрической и газовой плитой	2	соблюдение правил техники безопасности на кухне. Умение
19-20	Меню ужина. Сервировка стола к ужину.	2	выполнять правила и приемы ухода за посудой, умение
			применять чайную посуду, умение заваривать чай, формирование навыка по приготовлению завтрака.

21-22	Правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него.	2	
23-24	Ах, эта каша!	2	
25-26	Приготовление отварных макарон.	2	
27-28	Генеральная уборка кухни.	2	
	Я и моя будущая семья.		
29-30	Состав семьи.	2	
31-32	Счастливая семья.	2	
	Культура поведения		
33-34	Как вести себя в общественных местах	2	Умение правильно вести себя в учреждениях культуры. Умение правильно вести себя за столом
35-36	Правила поведения в местах общественного питания.	2	
37-38	Сюжетно-ролевая игра «В театре».	2	
39-40	Обобщение пройденного материала. Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	2	
	Жилище		
41-42	Ваш дом.	2	Знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении.
43-44	Уборка квартиры.	2	
45-46	Уход за полом.	2	
47-48	Пылесос - помощник в доме.	2	
49-50	Изучение устройства пылесоса.	2	
	Транспорт		
51-52	Транспорт – наш помощник.	2	Умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном
53-54	Экскурсия на улицу с целью наблюдения за общественным транспортом.	2	

			транспорте, умение правильно вести себя в общественном транспорте, соблюдение правил дорожного движения
	Торговля		
55-56	Продовольственные магазины.	2	Умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках. Умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск), умение правильно вести себя в учреждениях.
57-58	Экскурсия в продовольственный магазин.	2	
	Средства связи		
59-60	Основные средства связи.	2	Умение заполнять почтовый конверт
61-62	Экскурсия в почтовое отделение.	2	
63-64	Заполнение телеграфных бланков.	2	
	Медицинская помощь		
65-66	Медицинские учреждения. Виды медицинской помощи.		Практика по оказанию медицинской помощи.
67-68	Экскурсия в поликлинику.		
			Всего: 68 часов

7 класс

№ урока	Наименование раздела и темы урока	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся
	Личная гигиена		

1-2	Внешняя красота. Уход за кожей лица. Уход за волосами.	2	Пассивное слушание. Учащийся практикуется в устной речи, знание и соблюдение правил личной гигиены.
Одежда и обувь			
3-5	<i>Инструктаж №103 по охране труда при проведении занятий в кабинете технологии</i> Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат.	3	Знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения
6-7	Входная контрольная работа	2	
8-9	Выполнение ремонта в месте разрыва ткани.	2	
10-11	Стирка. Отбеливание. Глажение.	2	
12-13	Устройство стиральной машины. Что может стиральная машина.	2	
14-15	Прачечная.	2	
Питание			
16-17	О рациональном питании.	2	Знание правил и умение составления рациона питания соблюдение правил техники безопасности на кухне умение выполнять правила и приемы ухода за посудой умение применять чайную посуду умение заваривать чай, формирование навыка по приготовлению обеда.
18-19	Пищевая ценность продуктов.	2	
20-22	Супы	3	
23-24	Санитарно-гигиенические требования к сырью и условиям приготовления мясных (рыбных) блюд. Правила безопасной работы при приготовлении пищи.	2	
25-26	Сервировка стола к обеду.	2	
Я и моя будущая семья.			
27-28	Семья за обедом.	2	Умение правильно вести себя за столом,
29-30	Играем с малышом.	2	
31-32	Школа семьи.	2	
Культура поведения			
33-34	Умение приглашать гостей.	2	Умение правильно вести себя в учреждениях культуры.
35-36	В вашем доме появились гости.	2	
37-38	Искусство делать подарки. Цветы в подарок.	2	
Жилище			
39-40	Уборка квартиры.	2	Знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении
40-41	Чистка и мытье оконных стекол и зеркал.	2	
42-43	Уход за мебелью.	2	
44-45	О технике безопасности и мерах предосторожности.	2	
46-47	Чистильщик, маляр, мойщик.	2	
48-49	Правила заготовки топлива и топка печей.	2	
Транспорт			
50-52	Железнодорожный вокзал. Приобретение билетов.	3	Умение ориентироваться в услугах общественного
53-54	Виды вагонов. Камеры хранения.	2	

			транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте.
	Торговля		
55-56	Универмаги и универсамы. Распродажа товаров по сниженным ценам.	2	Умение правильно вести себя в учреждениях, осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, киосках.
	Средства связи		
57-58	Почта. Посылки и бандероли	2	
59-60	Экскурсия на почту	2	
	Медицинская помощь		
61-62	Оказание первой помощи. <i>Инструктаж «Требования по оказанию первой помощи пострадавшим» № 119</i>	2	
63-65	Доврачебная помощь при ранениях	3	
66-68	Лекарственные растения.	3	
			Всего: 68 часов

8 класс

№ урока	Наименование раздела и темы урока	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся
	Личная гигиена		
1-2	Значение косметики для девушек и юношей. Уход за кожей, волосами, ногтями.	2	Пассивное слушание. Учащийся практикуется в устной речи, знание и соблюдение правил личной гигиены, знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения, знание правил и умение составления рациона питания
	Одежда и обувь		
3-4	Уход за одеждой из хлопковых, шелковых, льняных, шерстяных и синтетических тканей, из трикотажа.	2	соблюдение правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения, знание правил и умение составления рациона питания
5-6	Глажение фасонного белья <i>Инструктаж №103 по охране труда и проведении занятий в кабинете технологии</i>	2	соблюдение правил техники безопасности на кухне умение выполнять
	Питание		
7-8	Консервирование фруктов и ягод.	2	
9-10	Приготовление консервированных груш.	2	
11-12	Приготовление варенья из тыквы.	2	
13-14	Приготовление варенья из кабачков.	2	
15-16	Приготовление варенья из моркови.	2	

17-18	Приготовление варенья из яблок.	2	правила и приемы ухода за посудой умение применять чайную посуду умение заваривать чай, соблюдение правил по охране труда; формирование навыка по приготовлению завтрака, знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении, умение заполнять почтовый конверт, умение правильно вести себя в учреждениях культуры, умение правильно вести себя в учреждениях культуры, умение правильно вести себя за столом, умение правильно вести себя за столом, умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте, умение правильно вести себя в общественном транспорте, соблюдение правил дорожного движения, умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск), умение правильно вести себя в учреждениях, умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
19-20	Рецепты любимых блюд моей семьи.	2	
21-22	Я и моя будущая семья Правила ухода за грудным ребенком.	2	
23-24	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды ребенка.	2	
25-26	Измерение температуры грудного ребенка.	2	
27-28	Купание ребенка. Одевание и пеленание.	2	
29-30	Прогулка на свежем воздухе.	2	
31-32	Стирка детского белья.	2	
33-34	Распределение обязанностей в семье.	2	
35-36	Бюджет семьи.	2	
	Культура поведения		
37-38	Внешний вид юноши (одежда, аксессуары, парфюмерия с учетом места нахождения).	2	
39-40	Как вести себя на дискотеке.	2	
	Жилище		
41-42	Правила и периодичность уборки кухни, санузла.	2	
43-44	Бытовая химия в вашем доме.	2	
45-46	Уборка кухни и ванны.	2	
47-48	Содержание жилища: оплата жилой площади и коммунальных услуг.	2	
	Транспорт		
49-51	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание.	3	
52-53	Порядок приобретения билета.	2	
	Торговля		
54-56	Специализированные магазины.	3	
57-58	Правила поведения в магазине. Экскурсия в магазин.	2	
	Средства связи		
59-60	Правила общения по телефону. Вызов экстренных служб по телефонам.	2	
	Медицинская помощь		
61-62	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	2	
63-65	Первая помощь при несчастных случаях. <i>Инструктаж № 119</i>	3	

66-68	Сюжетно-ролевая игра. Оказание помощи при обморожении. Оказание помощи при тепловом ударе.	3	
			Всего: 68 часов

9 класс

№ уро ка	Наименование раздела и темы урока	Количес тво часов	Характеристика деятельности учащихся
	Одежда и обувь		Пассивное слушание.
1-2	Мода, стиль, вкус <i>Инструктаж №103 по охране труда и проведению занятий в кабинете технологии</i>	2	Учащийся практикуется в устной речи, знание и соблюдение правил личной гигиены, знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения, знание правил и умение составления рациона питания
3-5	Стили одежды	3	соблюдение правил техники безопасности на кухне умение выполнять правила и приемы ухода за посудой умение применять чайную посуду
6-7	Как определить свой размер одежды. Подбор размера обуви.	2	умение заваривать чай, соблюдение правил по охране труда; формирование навыка по приготовлению завтрака, знание видов жилых помещений; соблюдение порядка в жилом помещении, умение заполнять почтовый конверт, умение правильно вести себя в учреждениях культуры, умение правильно вести себя за столом, умение
	Питание		
8-9	Подготовка плодов и овощей к консервированию	2	
10-11	Подготовка инвентаря и тары	2	
12-14	Способы консервирования со стерилизацией	3	
15-17	Приготовление капусты на зиму	3	
18-19	Огурцы	2	
20-21	Способы заготовки огурцов	2	
22-23	Помидоры	2	
	Я и моя будущая семья.		
24-26	Какой должна быть моя будущая семья?	3	
27-28	Вскармливание ребенка первого года жизни	2	
29-30	Как ухаживать за детскими бутылочками	2	
31-32	Первая каша	2	
	Культура поведения		
33-35	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми	3	
36-38	Как правильно себя вести в общественных местах	3	
	Жилище		
39-40	Рациональная расстановка мебели в квартире	2	
41-43	Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт.	3	
	Авиатранспорт.		
44-46	Воздушный транспорт	3	

	Торговля		ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте, умение правильно вести себя в общественном транспорте, соблюдение правил дорожного движения, умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск), умение правильно вести себя в учреждениях, умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
47-49	Рынок.	3	
	Средства связи		
50-51	Виды денежных переводов	2	
52-54	Современные виды связи	3	
	Медицинская помощь		
55-57	Инфекционные заболевания предупреждения	3	
58-59	Уход за лежачим больным. и меры их	2	
60-61	Листок нетрудоспособности	2	
	Трудоустройство		
62-64	Где работать?	3	
65-68	Правила приема на работу	4	
			Всего: 68 часов
			Итого : 680 часов

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Дидактические и раздаточные материалы:

1. Демонстрационные таблицы.
2. Индивидуальные карточки.
3. Контрольно-измерительный материал.
4. Наборы сюжетных (предметных) картинок в соответствии с тематикой, определённой в программе

Технические средства обучения:

1. Компьютер (ноутбук)
2. Классная доска с магнитной поверхностью
3. Мультимедийные образовательные ресурсы.