

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЗУГРЭССКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №31»  
(ГБОУ «Зугрэсская СШИ № 31»)  
(наименование образовательной организации)

РЕКОМЕНДОВАНО:  
Решением  
педагогического совета  
Протокол  
от 28.08.2023 № 1

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора  
Омельченко С.Г.

УТВЕРЖДЕНО:  
Директор  
ГБОУ «Зугрэсская СШИ № 31»  
Белоус Т.А.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «Основы  
социальной жизни» для 5 - 9 классов

*Для обучающихся с легкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1)*

основное общее образование  
(уровень образования)

Составитель программы:  
учитель-дефектолог  
Ивлева Л.Ю.

Зугрэс

2023 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) для 5-9 классов составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 24 июня 2023 года;

- Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

- Приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

- Концепции развития в Российской Федерации системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов, на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 18.12.2021 № 3711-р;

- Письма МОиН РФ от 11.08. 2016 № ВК-1788/07 «Об организации образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

- Приказа Минобрнауки России от 20.09.2013 № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии»;

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГБОУ «Зугрэсская СШИ № 31», утвержденной приказом школы-интерната от 28.08. 2023 г. № 77;

- Учебного плана ГБОУ «Зугрэсская СШИ № 31» на 2023-2024 учебный год

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

**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.

**Актуальность предмета** состоит в том, что развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для коррекционной школы, а особенно остро она стоит перед учителем основ социальной жизни, который на своих уроках решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит обучающихся к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

#### **Общая характеристика учебного предмета**

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и

психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

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 воспитанников и т. д.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов, презентации и др.

Контроль и учет теоретических знаний учащихся осуществляется путем бесед, устного и письменного опроса, тестирования.

Промежуточная аттестация проводится в форме тестирования.

Особое внимание обращено на коррекцию у обучающихся специфических нарушений. При изучении предмета «Основы социальной жизни» учителем используются следующие *принципы*:

- принцип коррекционной направленности;
- воспитывающий и развивающий принципы;
- принцип доступности обучения;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип наглядности в обучении;
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). В Учебном плане ГБОУ «Зугрэсская СШИ № 31» на изучение предмета «Основы социальной

жизни» в 5-9 классах отведено по 2 часа в неделю, 68 часов в год. Срок реализации программы-5 лет.

Программа «Основы социальной жизни» включена в обязательную часть учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) При проведении уроков деление обучающихся на подгруппы не предполагается.

### **Основные направления коррекционной работы**

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие основных мыслительных операций;
- развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы;
- обогащение словаря;
- коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

#### *5 класс*

#### Личностные результаты

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

## 12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

### Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

#### *Раздел «Введение»*

##### Минимальный уровень:

- знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

##### Достаточный уровень:

- знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;
- соблюдать правила техники безопасности в кабинете;
- соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

#### *Раздел «Личная гигиена и здоровье»*

##### Минимальный уровень:

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

##### Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

#### *Раздел «Охрана здоровья»*

##### Минимальный уровень:

- выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе-интернате.

##### Достаточный уровень:

- знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;
- знать названия лекарственных растений, узнавать их;
- уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

### *Раздел «Жилище»*

#### Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;
- уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

#### Достаточный уровень:

- знать типы жилых помещений;
- знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

### *Раздел «Одежда и обувь»*

#### Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

#### Достаточный уровень:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

### *Раздел «Питание»*

#### Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
- знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

#### Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и соблюдать режим питания;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать о значении завтрака для здоровья человека;
- знать и уметь составлять меню завтрака;
- знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
- знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;

-знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;

- уметь готовить блюда из яиц;
- знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
- уметь заваривать чай, варить кофе;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

### *Раздел «Транспорт»*

#### Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

#### Достаточный уровень:

- знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
- знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

### *Раздел «Средства связи*

#### Минимальный уровень:

- название основных средств связи.

#### Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи.

### *Раздел «Семья»*

#### Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи.

#### Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- уметь определять степень родства членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 5 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов



осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками:

-оценка «5» - «отлично», если учащимся выполнено верно и в соответствии с заданием свыше 65% заданий.

-оценка «4» - «хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий.

-оценка «3» - «удовлетворительно» если обучающиеся выполняют от 35% до 50% заданий;

-оценка «2» - «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 35%.

#### *6 класс*

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

#### Личностные результаты

1. Формирование осознания себя как гражданина России; чувства гордости за свою Родину;

2. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

3. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.

5. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни. овладение социально бытовыми навыками , используемыми в повседневной жизни;

6. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

7. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.

8. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.

9. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

10. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.

11. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.

12. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

13. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

### Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

#### *Раздел «Личная гигиена и здоровье»*

##### Минимальный уровень:

-иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;

-знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;

-уметь мыть руки, стричь ногти на руках под руководством педагога;

-уметь мыть ноги, стричь ногти на ногах под руководством педагога;

##### Достаточный уровень:

-знать и выполнять самостоятельно правила ухода за кожей рук;

-уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;

-уметь подбирать косметические средства для ухода за ногами;

-знать название предметов, используемых для выполнения маникюра, педикюра;

-выполнять санитарно-гигиенические требования пользования и ухода за личными (индивидуальными) вещами.

#### *Раздел «Охрана здоровья»*

##### Минимальный уровень:

-знать виды помощи;

-знать виды медицинской помощи;

-знать о назначении аптечки и ее содержимом;

-уметь измерять температуру под руководством педагога;

-уметь обрабатывать небольшую рану и ссадину под присмотром педагога;

##### Достаточный уровень:

-иметь представление о видах медицинской помощи, их отличительных особенностях;

-уметь пользоваться аптечкой при оказании помощи и самопомощи;

-знать состав домашней аптечки (перевязочные, дезинфицирующие, термометр);

-знать правила применения и назначение медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;

#### *Раздел «Жилище»*

##### Минимальный уровень:

-знать гигиенические требования к жилому помещению;

-уметь выполнять ежедневную уборку помещения под руководством педагога;

-уметь пользоваться пылесосом под руководством педагога;

Достаточный уровень:

-знать виды и последовательность проведения уборки помещения (влажной и сухой, ежедневной и генеральной);

-знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов;

-уметь подбирать инвентарь и моющие средства для соответствующего вида уборки;

- уметь выполнять последовательно определенный вид уборки помещения

-уметь самостоятельно пользоваться пылесосом при уборке помещения..

*Раздел «Одежда и обувь»*

Минимальный уровень:

-иметь представление о значении опрятного вида человека;

-выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;

-соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

-уметь подготавливать одежду для сезонного хранения;

-знать и выполнять основные этапы ухода за обувью;

-уметь выполнять ежедневный уход за одеждой.

-уметь подбирать средства для ухода за обувью;

-уметь выполнять мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, петель, зашивание распоровшегося шва)

*Раздел «Питание»*

Минимальный уровень:

-знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека;

-иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;

-уметь готовить кашу, запеканку под руководством педагога.

Достаточный уровень:

-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;

-знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;

-знать способы первичной и тепловой обработки круп, молока и молочных продуктов, овощей;

-знать технологию приготовления основных блюд из овощей, молочных продуктов, круп для ужина;

-уметь рассчитывать количество продуктов и определять стоимость продуктов питания для приготовления ужина;

- знать о значении ужина для здоровья человека, уметь составлять меню ужина;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню ужина.

### *Раздел «Транспорт»*

#### Минимальный уровень:

- иметь представление о пригородном транспорте;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;

#### Достаточный уровень:

- знать назначение и виды пригородного транспорта;
- уметь ориентироваться в расписании движения пригородного транспорта, определять зоны и направление движения транспорта
- уметь пользоваться различными способами покупки билета.

### *Раздел «Средства связи*

#### Минимальный уровень:

- название основных средств связи
- знать виды писем.
- уметь подписывать адрес с индексом на конверте.

#### Достаточный уровень:

- знать виды почтовых отправлений
- знать особенности различных видов писем,
- уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, письма, заполнять соответствующие бланки;

### *Раздел «Предприятия, организации, учреждения»*

#### Минимальный уровень:

- название дошкольного образовательного учреждения, его назначение;

#### Достаточный уровень:

- знать структуру дошкольного образовательного учреждения;
- знать возраст, с которого можно посещать группы детского сада.

### *Раздел «Семья»*

#### Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи;

#### Достаточный уровень:

- знать основные документы, регулирующие права и обязанности членов семьи;
- знать и выполнять свои обязанности в семье;

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 6 класса. Отсутствие достижения

минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В течение учебного года проводится диагностика усвоения знаний и умений учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) по учебному предмету «Основы социальной жизни». Она состоит из 3 этапов:

1 этап – стартовая диагностика на начало учебного года: направлена на выявление уровня знаний, умений и навыков, сформированных при изучении учебного предмета «Основы социальной жизни» в 5 классе

2 этап – промежуточная диагностика, предполагает проведение учащимися тестирования по итогам изучения каждого раздела и позволяет проанализировать процесс формирования знаний и умений.

3 этап - итоговая диагностика. Итоговая диагностика включает в себя задания, представленные в разделе «Контрольно – измерительные материалы» по каждому разделу программы. Вид задания и их количество, определяются педагогом самостоятельно, в зависимости от уровня знаний и умений учащихся.

#### *7 класс*

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

#### Личностные результаты

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
  2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
  3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
  4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
  5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
  6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
  7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
  8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.

10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.

11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

#### Предметные результаты

##### *Раздел «Личная гигиена и здоровье»*

##### Минимальный уровень:

- соблюдать правила личной гигиены
- знать правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач
- правила безопасности зрения при выполнении различных видов деятельности
- знать правила закаливания организма

##### Достаточный уровень:

- знать правила освещения помещения
- знать способы и приемы выполнения различных видов процедур закаливания
- выполнять комплекс утренней гимнастики

##### *Раздел «Охрана здоровья»*

##### Минимальный уровень:

- знать виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная);
- иметь представление о видах медицинской помощи, их отличительных особенностях;
- знать порядок получения медицинской помощи
- уметь записаться на прием поликлинику
- уметь вызвать неотложную помощь на дом

##### Достаточный уровень:

- знать отличительные особенности госпитализации, амбулаторного приема, неотложной помощи, помощи на дому
- уметь определять вид медицинской помощи, соответствующий конкретной ситуации
- уметь ориентироваться в поликлинике
- иметь представление о самолечении и его негативных последствиях

##### *Раздел «Жилище»*

##### Минимальный уровень:

- знать о пользе комнатных растений для человека

- знать виды и последовательность ухода за комнатными растениями (полив, подкормка, соблюдение светового и температурного режима);
- уметь ухаживать за домашними животными (кормление, выгул, туалет)
- знать о назначении ветеринарной службы, оказываемой ими помощи
- знать виды нежилых помещений и их функциональное назначение
- знать основные электроприборы на кухне и правила ТБ при их использовании
- иметь представление о кухонной утвари, посуде, белье, ее использовании и уходе за ней.
- знать порядок выполнения уборки кухни

Достаточный уровень:

- уметь выполнять уход за комнатными растениями
- знать правила размещения комнатных растений в помещении
- знать особенности содержания домашних животных в городе и сельской местности
- знать наиболее распространенные болезни животных
- знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов;
- Уметь выполнять сервировку стола к обеду
- уметь пользоваться основными электроприборами с соблюдением правил техники безопасности
- уметь пользоваться при приготовлении пищи кухонной утварью, посудой, кухонным бельем.
- уметь проводить уборку кухни под руководством педагога

*Раздел «Одежда и обувь»*

Минимальный уровень:

- иметь представление о значении опрятного вида человека;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- знать способы продления срока службы одежды
- знать виды стирки изделий
- знать условные обозначения по уходу за одеждой (стирка, сушка, утюжка белья)
- иметь представление о предприятиях бытового обслуживания и самообслуживания, видах услуг, порядке их получения

Достаточный уровень:

- уметь выполнять мелкий ремонт одежды (наложение заплат)
- уметь подбирать режим и условия стирки, сушки и глажения в соответствии с условными обозначениями на ярлыке
- знать виды утюгов, правила их использования
- уметь выполнять стирку и утюжки белья с использованием бытовых приборов
- уметь пользоваться услугами предприятия бытового обслуживания , заполнять соответствующие документы, просчитывать стоимость услуг.

## *Раздел «Питание»*

### Минимальный уровень:

- знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить суп-лапшу, борщ, котлеты, жарить рыбу, отваривать макароны под руководством педагога.
- знать правила этикета за столом
- знать о видах продуктовых магазинов, основных отделах.
- уметь выполнять покупку в магазине

### Достаточный уровень:

- знать о значении обеда для здоровья человека, уметь составлять меню обеда;
- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать технологию обработки овощей и технологию приготовления салата;
- знать технологию обработки, хранения мяса и мясопродуктов
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню обеда, праздничного обеда.
- уметь определять вид магазина в зависимости от покупаемого товара
- уметь определять стоимость товара и общую стоимость всей покупки

## *Раздел «Транспорт»*

### Минимальный уровень:

- иметь представление о междугороднем транспорте;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;

### Достаточный уровень:

- знать назначение междугороднего транспорта;
- уметь ориентироваться в автовокзале: определять маршрут движения, время в соответствии с расписанием, совершать покупку билета, проходить на посадку
- уметь пользоваться различными способами покупки билета.

## *Раздел «Средства связи»*

### Минимальный уровень:

- название основных средств связи
- знать виды бандеролей
- знать виды посылок
- уметь заполнять бланк отправления посылки.

### Достаточный уровень:

- знать виды почтовых отправлений
- знать особенности различных видов бандеролей и посылок,



-уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, заполнять соответствующие бланки;

#### *Раздел «Предприятия, организации, учреждения»*

##### Минимальный уровень:

-название образовательного учреждения дополнительного образования, его назначение;

##### Достаточный уровень:

-знать особенности работы, основные направления учреждений дополнительного образования детей

-уметь пользоваться «Навигатором дополнительного образования Омской области»;

#### *Раздел «Семья»*

##### Минимальный уровень:

-знать фамилию, имя, отчество членов семьи;

-правильно и определять и называть степень родства членов семьи;

-знать основные формы семейного досуга

-иметь представление о бюджете семьи и его составляющих

##### Достаточный уровень:

-уметь организовывать досуг семьи,

-уметь определять источники доходов и расходов в семейном бюджете,

-уметь определять величину доходов и расходов семейного бюджета

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Оценка достижения обучающимися с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов осуществляется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов.

В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками:

-оценка «5» - «отлично», если учащимся выполнено верно и в соответствии с заданием свыше 65% заданий.

-оценка «4» - «хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий.

-оценка «3» - «удовлетворительно» если обучающиеся выполняют от 35% до 50% заданий;

-оценка «2» - «неудовлетворительно» ставится, если выполнено менее 35% заданий.

8 класс

### *Личностные и предметные результаты освоения предмета*

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

#### *Личностные:*

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

#### *Регулятивные:*

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

#### *Познавательные:*

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### *Коммуникативные:*

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия(учебных, трудовых, бытовых и др.);

- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;

- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### **Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

- представления о различных видах средств связи;

- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.)

### **Нормы оценок знаний.**

Оценка «5» ставится, если ученик: полностью усвоил учебный материал; правильно и осознанно его излагает; раскрывает содержание основных понятий; отвечает на поставленный вопрос полными предложениями, с опорой на ранее приобретенные знания; самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами (связь с практикой).

Оценка «4» ставится, если ученик: в основном усвоил учебный материал; допускает незначительные неточности при его изложении; отвечает на поставленный вопрос полными предложениями, допускает отдельные неточности; нуждается в дополнительных вопросах учителя, помогающих уточнить ответ; подтверждает ответ конкретными примерами (связь с практикой).

Оценка «3» ставится, если ученик: не усвоил существенную часть учебного материала; допускает значительные ошибки в ответах, исправляемые только с помощью учителя; не всегда и (или) неполно отвечает на поставленный вопрос; нуждается в помощи учителя; затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами.

Оценка «2» не ставится.

*9 класс*

#### ***Личностные и предметные результаты освоения предмета***

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

#### ***Личностные:***

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепольную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного

края и страны.

***Регулятивные:***

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

***Познавательные:***

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

***Коммуникативные:***

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия(учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

- представления о различных видах средств связи;

- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.)

#### **Нормы оценок знаний.**

Оценка «5» ставится, если ученик: полностью усвоил учебный материал; правильно и осознанно его излагает; раскрывает содержание основных понятий; отвечает на поставленный вопрос полными предложениями, с опорой на ранее приобретенные знания; самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами (связь с практикой).

Оценка «4» ставится, если ученик: в основном усвоил учебный материал; допускает незначительные неточности при его изложении;

отвечает на поставленный вопрос полными предложениями, допускает отдельные неточности; нуждается в дополнительных вопросах учителя, помогающих уточнить ответ; подтверждает ответ конкретными примерами (связь с практикой).

Оценка «3» ставится, если ученик: не усвоил существенную часть учебного материала; допускает значительные ошибки в ответах, исправляемые только с помощью учителя; не всегда и (или) неполно отвечает на поставленный вопрос; нуждается в помощи учителя; затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами.

Оценка «2» не ставится.

### ***Формирование БУД:***

#### *Личностные учебные действия:*

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, бережное отношение к продуктам, 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.
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).
- Готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

#### *Коммуникативные учебные умения:*

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель – ученик);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

#### *Регулятивные учебные способности:*

- соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.)
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.

### **Реализация воспитательного потенциала**

К основным воспитательным направлениям, реализуемым при изучении предмета, можно отнести:

- нравственное воспитание – базируется на усвоении понятий «мораль», «нравственность», а также на анализе типичных социальных ситуаций, предполагающих нравственный выбор;
- гражданское воспитание – направлено на развитие интереса к социальным аспектам жизни общества и страны в целом, ответственности перед ними, активное участие в жизни российского народа;
- патриотическое воспитание – опирается на чувство сопричастности жизни своего этноса, знание культуры и традиций своего народа, понимание многоэтничности российского общества, своей ответственности за судьбу родины;
- трудовое воспитание – формирует уважительное отношение к труду и его результатам, ориентацию на будущую трудовую активность и созидательность;
- семейное воспитание – формирует уважение к семейным ценностям, осознание необходимости создания семьи в будущем, ответственности за ее благополучие и развитие;
- воспитание культуры социальных взаимоотношений – позволяет выстраивать уважительные отношения в социуме на основе норм и правил морали, развивать умение сотрудничать и взаимодействовать в социальной среде;
- экологическое воспитание – позволяет осознать тесную взаимосвязь социальной и природной среды, рождая чувство ответственности за их благополучие и развитие;
- интеллектуальное воспитание – формирует навыки креативного и критического мышления, умения анализировать и сопоставлять данные на основе углубления знаний и расширения кругозора;
- воспитание самостоятельности учащихся – позволяет формировать собственную траекторию личностного развития и самореализации в социуме.



## **Методы, типы уроков, формы проведения уроков и элементы образовательных технологий**

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ОСЖ используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся.

Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ОСЖ.

Практические работы – целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащённости кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом сюжетно-ролевых игр является метод моделирования реальных сюжетных ситуаций и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На занятиях по ОСЖ следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи.

Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях ОСЖ используются все виды наглядности:

- натуральная (посуда, одежда, игрушки и др.);
- образная (рисунки, плакаты, картины);
- символическая (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины - автомат и др.);
- графическая (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы);
- схематическая (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Для занятий по ОСЖ требуется разнообразный дидактический раздаточный материал.

### **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 выведения 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.



**Тематическое планирование  
5 класс**

№	Тема урока	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Введение	2	Знакомство с кабинетом Основ социальной жизни и его оборудованием. Название учебного предмета, цель, его назначение. Инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила поведения обучающихся школы.	-знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»; -находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»; -знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».	-знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»; -соблюдать правила техники безопасности в кабинете; -соблюдать санитарно-гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».
2	Личная гигиена	10	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.	-знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога; -знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.	-уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности; -знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены; -выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

3	Одежда и обувь	8	<p>Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.</p>	<p>-знать отдельные виды одежды и обуви; -выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога; -соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.</p>	<p>-подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону; -различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения; -уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.</p>
4	Питание	15	<p>Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.</p>	<p>-знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар); -знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека; -иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи; -уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.</p>	<p>-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека; -знать и соблюдать режим питания; -знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи; -знать о значении завтрака для здоровья человека; -знать и уметь составлять меню завтрака; -знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда; -знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции; -знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения; -уметь готовить блюда из яиц; -знать основные напитки, подаваемые</p>

					на завтрак; -уметь заваривать чай, варить кофе; -уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.
5	Жилище	8	<p>Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение.</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки.</p> <p>Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.</p>	- знать свой домашний почтовый адрес; -уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).	-знать типы жилых помещений; -знать название жилых комнат, и их назначение; - знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.
6	Культура поведения	6	<p>Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.</p> <p>Правила поведения за столом; правила этикета</p>	-знание основных навыков культурного поведения за столом, в процессе общения со старшими и сверстниками, а также в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях.	- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
7	Торговля	6	<p>Основные виды магазинов; правила поведения в магазине.</p> <p>Назначение продуктовых магазинов, их отделы и</p>	-знание названий торговых организаций, их видов и назначения;	-умение пользоваться основными видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров.

			содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.		
8	Транспорт	10	Основные виды транспортных средств, имеющих в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.	-знать название транспортных средств; -соблюдать правила поведения в общественном транспорте; -уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.	-знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату; -знать варианты проезда до школы различными видами транспорта; -уметь оплачивать проезд в общественном транспорте; -знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.
9	Повторение	3	Повторение пройденного материала		

**Тематическое планирование  
6 класс**

№	Тема урока	Кол-во	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Личная гигиена и здоровье	10	<p>Значение закаливания для здоровья человека.</p> <p>Способы закаливания, правила и приёмы выполнения процедур.</p> <p>Составление комплекса утренней гимнастики.</p> <p>Необходимость одеваться по погоде, закалять свой организм и соблюдать правила личной гигиены. Уход за телом: за кожей рук, ног, ногтями. Приёмы обрезания ногтей на руках, ногах. Косметические средства для ухода за кожей, необходимость чтения инструкций. Гигиенические требования к использованию личного белья. Просмотр учебного фильма о вреде наркотиков и токсических веществ. Беседа по содержанию фильма, выводы о</p>	<p>-иметь представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья человека;</p> <p>-знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;</p> <p>-уметь мыть руки, стричь ногти на руках под руководством педагога;</p> <p>-уметь мыть ноги, стричь ногти на ногах под руководством педагога;</p>	<p>-знать и выполнять самостоятельно правила ухода за кожей рук;</p> <p>-уметь подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;</p> <p>-уметь подбирать косметические средства для ухода за ногами;</p> <p>-знать название предметов, используемых для выполнения маникюра, педикюра;</p> <p>-выполнять санитарно-гигиенические требования пользования и ухода за личными (индивидуальными) вещами.</p>

			губительном влиянии вредных привычек.		
2	Одежда и обувь	9	<p>Значение опрятного вида человека. Санитарно-гигиенические требования к одежде, правила личной гигиены и внешнего вида. Правила повседневного ухода и поддержания одежды в порядке. Классификация пуговиц. Самостоятельное пришивание пуговиц, крючков. Соблюдение правил ТБ с колющими и режущими инструментами. Виды белья, его назначение. Правила и приёмы ручной стирки изделий из х/б тканей. Подбор моющих средств согласно инструкции. Правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами. Устройство утюга. Символы обозначения температуры нагрева на утюге, правила ТБ. Выполнение практических заданий.</p>	<p>-иметь представление о значении опрятного вида человека; -выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога; -соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.</p>	<p>-уметь подготавливать одежду для сезонного хранения; -знать и выполнять основные этапы ухода за обувью; -уметь выполнять ежедневный уход за одеждой. -уметь подбирать средства для ухода за обувью; -уметь выполнять мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, петель, зашивание распоровшегося шва)</p>
3	Питание	12	<p>Правила приготовления пищи. Правила выбора доброкачественных продуктов, определение срока хранения. Способы хранения продуктов и</p>	<p>-знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека; -иметь представление о</p>	<p>-знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека; -знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания,</p>

			<p>готовой пищи. Устройство холодильника. Правила размещения продуктов в холодильнике. Уход за холодильником. Виды круп, правила хранения. Блюда из круп. Рецепт приготовления каш и их виды. Приготовление гречневой (манной) каши с помощью учителя. Правила хранения и первичной обработки овощей, плодов, ягод, грибов. Чистка и нарезка. Приготовление салата по рецепту. Виды чая и кофе, способы заварки чая. Сервировка стола к чаепитию. Молочные продукты, правила их хранения. Значение кипячения молока. Соблюдение правил гигиены приготовления пищи и ТБ.</p>	<p>санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи; -уметь готовить кашу, запеканку под руководством педагога.</p>	<p>кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи; -знать способы первичной и тепловой обработки круп, молока и молочных продуктов, овощей; -знать технологию приготовления основных блюд из овощей, молочных продуктов, круп для ужина; -уметь рассчитывать количество продуктов и определять стоимость продуктов питания для приготовления ужина; -знать о значении ужина для здоровья человека, уметь составлять меню ужина; -уметь выполнять сервировку стола с учетом меню ужина</p>
4	Семья	6	<p>Состав семьи. Имена, отчества, фамилии членов семьи, возраст, место работы, должность. Взаимоотношения в семьях,</p>	<p>-знать фамилию, имя, отчество членов семьи; -правильно и определять и называть степень родства</p>	<p>-знать основные документы, регулирующие права и обязанности членов семьи; -знать и выполнять свои обязанности</p>

			распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Обсуждение проблемных ситуаций. Права и обязанности членов семьи. Правила поведения в семье. Уважительное отношение к старшим по возрасту, забота о младших членах семьи.	членов семьи;	в семье;
5	Жилище	5	Название кухонной мебели, её назначение. Коммунальные удобства в городе и селе. Правила пользования общими коммунальными удобствами в многоквартирных домах(лифт, домофон, мусоропровод, почтовые ящики).	-знать гигиенические требования к жилому помещению; -уметь выполнять ежедневную уборку помещения под руководством педагога; -уметь пользоваться пылесосом под руководством педагога;	-знать виды и последовательность проведения уборки помещения (влажной и сухой, ежедневной и генеральной); -знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов; -уметь подбирать инвентарь и моющие средства для соответствующего вида уборки; - уметь выполнять последовательно определенный вид уборки помещения -уметь самостоятельно пользоваться пылесосом при уборке помещения
6	Транспорт	6	Классификация транспортных средств. Виды городского транспорта. Правила пользования и маршруты передвижения. Выбор наиболее рационального маршрута. Схемы маршрутов. Стоимость проезда по городу и расчет стоимости проезда от дома	-иметь представление о пригородном транспорте; -соблюдать правила поведения в общественном транспорте;	-знать назначение и виды пригородного транспорта; -уметь ориентироваться в расписании движения пригородного транспорта, определять зоны и направление движения транспорта -уметь пользоваться различными способами покупки билета



			до школы и обратно. «Пригородный транспорт», его виды. Расписание движения автобусов и электричек. Службы вокзалов и их назначение. Правила дорожного движения и правила поведения в общественных местах.		
7	Охрана здоровья	5	Виды медицинских учреждений, профессии работников медицинских учреждений. Функции врачей –специалистов. Видах медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Измерение температуры, обработка ран, порезов с помощью специальных средств. Медицинская аптечка, чтение инструкции.	-знать виды помощи; -знать виды медицинской помощи; -знать о назначении аптечки и ее содержимом; -уметь измерять температуру под руководством педагога; -уметь обрабатывать небольшую рану и ссадину под присмотром педагога;	-иметь представление о видах медицинской помощи, их отличительных особенностях; -уметь пользоваться аптечкой при оказании помощи и самопомощи; -знать состав домашней аптечки (перевязочные, дезинфицирующие, термометр); -знать правила применения и назначение медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки;
8	Учреждения и организации	6	Образовательные учреждения: дошкольные, школьные и организации дополнительного образования. Виды этих учреждений. Основные направления их работы. Правила поведения в общественных местах.	-название дошкольного ,школьного образовательного учреждения, его назначение;	-знать структуру дошкольного, школьного образовательного учреждения и организации доп.образования; -знать возраст, с которого можно посещать группы детского сада.
9	Средства связи	6	История развития средств связи. Основные средства связи, их назначение. Виды почтовых отправлений, писем. Порядком отправления писем различного	-название основных средств связи -знать виды писем. -уметь подписывать адрес с индексом на конверте.	-знать виды почтовых отправлений -знать особенности различных видов писем, -уметь подбирать соответствующий тип почтового

			вида и стоимость пересылки. Индекс почтового отделения, запись адреса на конверте.		отправления, письма, заполнять соответствующие бланки;
10	Повторение	3	Повторение и обобщение изученного материала. Выполнение элементарных заданий по инструкции с помощью учителя от начала до конца.		

**Тематическое планирование  
7 класс**

№	Тема урока	Кол- во	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Личная гигиена и здоровье	2	Особенности соблюдения личной гигиены подростками. Правила личной гигиены подростков. Тип кожи лица и волос, средства для ухода за кожей лица и волосами. Шампунь, средства борьбы с перхотью и выпадением волос. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела.	-соблюдать правила личной гигиены -знать правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач -правила безопасности зрения при выполнении различных видов деятельности -знать правила закаливания организма	-знать правила освещения помещения -знать способы и приемы выполнения различных видов процедур закаливания -выполнять комплекс утренней гимнастики
2	Одежда и обувь	14	Правила повседневного ухода, хранения и поддержания одежды в порядке. Основные способы ремонта одежды. Правила ТБ при	-иметь представление о значении опрятного вида человека; -выполнять правила ухода	-уметь выполнять мелкий ремонт одежды (наложение заплат) -уметь подбирать режим и условия стирки, сушки и глажения в

			<p>работе с ножницами, иглой. Ремонт разорванных мест на одежде наложением заплат. Таблица условных обозначений по уходу за одеждой. Чтение условных обозначений на этикетках. Средства для ручной стирки, этапы стирки. Основные правила стирки изделий из шёлка. Стирка изделия из х/б и шёлковых тканей вручную с соблюдением ТБ. Бытовая техника для стирки белья. Виды стиральных машин, их устройство. Правила пользования. Выбор режима стирки, температуры и стирка белья с помощью стиральной машины. Устройство и виды утюгов. Правила и приёмы утюжки белья. Подготовка рабочего места для глажения. Назначение, виды услуг, правила пользования прачечной.</p>	<p>за одеждой и обувью под руководством педагога; -знать способы продления срока службы одежды -знать виды стирки изделий -знать условные обозначения по уходу за одеждой (стирка, сушка, утюжка белья) -иметь представление о предприятиях бытового обслуживания и самообслуживания, видах услуг, порядком их получения</p>	<p>соответствии с условными обозначениями на ярлыке -знать виды утюгов, правила их использования -уметь выполнять стирку и утюжки белья с использованием бытовых приборов -уметь пользоваться услугами предприятия бытового обслуживания, заполнять соответствующие документы, просчитывать стоимость услуг.</p>
3	Семья	5	<p>Правила ухода за младшими детьми. Тихие игры и колыбельные песенки. Правила чистоты и порядка дома. Понятие семейного досуга. Роль семьи и семейных отношений в жизни человека и общества.</p>	<p>-знать фамилию, имя, отчество членов семьи; -правильно и определять и называть степень родства членов семьи; -знать основные формы семейного досуга -иметь представление о бюджете семьи и его</p>	<p>-уметь организовывать досуг семьи, -уметь определять источники доходов и расходов в семейном бюджете, -уметь определять величину доходов и расходов семейного бюджета</p>

				оставляющих	
4	Питание	15	<p>Классификация продуктов питания по группам. Продукты растительного и животного происхождения. Виды мяса, работ по образцу, мясопродуктов. Правила выбора доброкачественных продуктов. Правила хранения мяса, первичной обработки. Блюда из мяса. Блюда для холодного и горячего ужина. Приготовление несложного салата, холодных закусок и горячего ужина. Составные части обеда. Виды бульонов, супов, последовательность приготовления первых блюд. Виды вторых блюд, мясные, рыбные, овощные блюда и гарниры. Виды напитков. Необходимые продукты и посуда для приготовления обеда. Стоимость продуктов для обеда, ужина. Составление меню ужина, обеда на день, на неделю. Рецепты блюд. Учатся готовить супы, вторые блюда, напитки. Использование механических и электроприборов. Санитарно-гигиенические</p>	<p>-знать значение продуктов питания (овощи, молочные продукты, крупы) для здорового образа жизни человека; -иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи; -уметь готовить суп-лапшу, борщ, котлеты, жарить рыбу, отваривать макароны под руководством педагога. -знать правила этикета за столом -знать о видах продуктовых магазинов, основных отделах. -уметь выполнять покупку в магазине</p>	<p>-знать о значении обеда для здоровья человека, уметь составлять меню обеда; -знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека; -знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи; -знать технологию обработки овощей и технологию приготовления салата; -знать технологию обработки, хранения мяса и мясопродуктов -уметь выполнять сервировку стола с учетом меню обеда, праздничного обеда. -уметь определять вид магазина в зависимости от покупаемого товара -уметь определять стоимость товара и общую стоимость всей покупки</p>

			<p>требования и правила ТБ при работе с режущими инструментами, горячими жидкостями и электроплитой. Сервировка стола к ужину, обеду. Правила приёма пищи и поведения за столом.</p>		
5	Жилище	9	<p>Гигиенические требования к жилому помещению. Виды уборки жилища, инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы. Устройство пылесоса и правилами пользования электропылесосом. Чистка пылесосом ковров, батареи, книжных полок. Правила ТБ при работе с электроприборами. Правила и последовательность проведения влажной уборки. Инвентарь. Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки. Способы и периодичность ухода за окнами, мебелью и напольными покрытиями. Виды моющих средств и ТБ при работе с ними, необходимость чтения инструкции. Правила содержания и соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. Правила безопасной работы с</p>	<p>-знать о пользе комнатных растений для человека -знать виды и последовательность ухода за комнатными растениями (полив, подкормка, соблюдение светового и температурного режима); -уметь ухаживать за домашними животными (кормление, выгул, туалет) -знать о назначении ветеринарной службы, оказываемой ими помощи -знать виды нежилых помещений и их функциональное назначение -знать основные электроприборы на кухне и правила ТБ при их использовании -иметь представление о кухонной утвари, посуде, белье, ее использовании и уходе за ней. -знать порядок выполнения</p>	<p>-уметь выполнять уход за комнатными растениями -знать правила размещения комнатных растений в помещении -знать особенности содержания домашних животных в городе и сельской местности -знать наиболее распространенные болезни животных -знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании электроприборов; -уметь выполнять сервировку стола к обеду -уметь пользоваться основными электроприборами с соблюдением правил техники безопасности -уметь пользоваться при приготовлении пищи кухонной утварью, посудой, кухонным бельем. -уметь проводить уборку кухни под руководством педагога</p>

			химическими средствами при уборке.	уборки кухни	
6	Охрана здоровья	6	Содержимое домашней аптечки, её состав. Инструкции по применению лекарственных средств. Способы хранения лекарств и срок годности. Вред самолечения, его опасность для здоровья. Оказание первой помощи при ушибах, травмах, переломах. Измерение температуры тела, обработка ран, наложение повязок и временных шин. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	-знать виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная); -иметь представление о видах медицинской помощи, их отличительных особенностях; -знать порядок получения медицинской помощи -уметь записаться на прием поликлинику -уметь вызвать неотложную помощь на дом	-знать отличительные особенности госпитализации, амбулаторного приема, неотложной помощи, помощи на дому -уметь определять вид медицинской помощи, соответствующий конкретной ситуации -уметь ориентироваться в поликлинике -иметь представление о самолечении и его негативных последствиях
7	Транспорт	3	Службы вокзала, их назначение. Виды поездов, вагонов, камер хранения. Расписание движения поездов, приобретение билетов в кассах. Обращение к работникам вокзала за справочной информацией. Понятия: платформа, перрон, путь. Правила пользования железнодорожным транспортом и правила безопасности в поездке. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	-иметь представление о междугороднем транспорте; -соблюдать правила поведения в общественном транспорте;	-знать назначение междугороднего транспорта; -уметь ориентироваться в автовокзале: определять маршрут движения, время в соответствии с расписанием, совершать покупку билета, проходить на посадку -уметь пользоваться различными способами покупки билета.
8	Торговля	3	Виды промтоварных магазинов. Отделы магазинов и ассортимент	- знание названий торговых организаций, их видов и	-умение пользоваться основными видами торговых предприятий и

			<p>товаров. Порядок приобретения (выбор, примерка, оплата) и стоимости некоторых товаров. Правила возврата или обмена купленного товара. Гарантийный срок службы одежды, обуви и необходимость сохранения чека или его копии. План покупки и подсчёт стоимости. Нахождение нужного товара в магазинах, правила поведения в магазине. Обращение за помощью.</p>	назначения;	правилами приобретения товаров.
9	Средства связи	4	<p>Бандероли и посылки. Виды бандеролей. Перечень предметов, разрешенных для пересылки и запрещенных. Виды упаковки, порядок и стоимость отправления. Заполнение бланков на отправку бандеролей, посылок и составление описи посылаемых предметов. Правила поведения в общественных местах. Обращение к работникам почты за информацией и помощью.</p>	<p>-название основных средств связи -знать виды бандеролей -знать виды посылок -уметь заполнять бланк отправления посылки.</p>	<p>-знать виды почтовых отправлений -знать особенности различных видов бандеролей и посылок, -уметь подбирать соответствующий тип почтового отправления, заполнять соответствующие бланки;</p>
10	Учреждения, предприятия	2	<p>Промышленные и с\х предприятия. Названия предприятий, виды цехов, отделов, виды выпускаемой продукции, названия рабочих специальностей и служащих. Значение предприятий для</p>	<p>-название учреждений, их назначение;</p>	<p>-знать особенности работы, основные направления учреждений</p>

			жителей города и села. Виды продукции, выпускаемых на предприятиях. Обращение с просьбами, вопросами к работникам учреждений, предприятий.		
11	Экономика домашнего хозяйства	3	Назначение денег и их значение в нашей жизни. Понятие бюджета. Составные части бюджета. Источники доходов и расходы семьи. Определение доходов семьи на месяц. Порядок и условия получения пенсии и заработной платы.	-знать понятия «бюджет» -знать понятия «доход» и «расход»	-знать основные понятия, уметь их пояснить -уметь планировать бюджет на неделю, месяц
12	Повторение	2	Повторение и обобщение изученного материала в течение года.		

**Тематическое планирование  
8 класс**

№	Тема урока	Кол-во	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Личная гигиена и здоровье	2	Типы кожи лица. Правила и приёмы ухода за кожей лица. Косметические средства и правила пользования ими. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела.	-называть виды косметических средств, для ухода за кожей лица и правила пользования ими. - выбирать косметические средства в зависимости от цели. -пользоваться	-выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года. -пользоваться косметическими средствами



				косметическими средствами.	
2	Питание	20	<p>Значение и использование при приготовлении блюд соли, сахара, пряностей, приправ. Пряности и приправы, их виды, правила хранения. Домашние заготовки, их виды. Способы заготовки, соления, квашения, маринования, варки, сушки, заморозки овощей, фруктов и ягод. Правила ТБ на кухне. Меры предосторожности при хранении и употреблении консервированных продуктов. Первая помощь при отравлении. Виды и сорта муки, названия круп. Правила хранения муки и круп. Виды теста. Изделия из разных видов теста. Способы приготовления теста, пресное и дрожжевое тесто. Рецепты в кулинарных книгах и интернете. Приготовление лапши, печенья, блинов, др. Подбор продуктов, инструментов, посуды по рецепту, Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности.</p>	<p>Описывать и демонстрировать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы и последовательность приготовления изделий из теста.</li> <li>- способы и последовательность квашения и соления.</li> <li>- способы варки варенья из ягод и фруктов.</li> </ul> <p>Готовить изделия из разных видов теста. Оформлять эти изделия.</p> <p>Солить овощи, варить варенье. Составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-рассказать о различных видах теста и изделия из них.</li> <li>-перечислить последовательность квашения и соления.</li> <li>-назвать способы варки варенья из ягод и фруктов.</li> </ul>
3	Семья	6	<p>Виды досуга, активные и пассивные виды досуга. Понятие «хобби». Правила ухода за грудным ребёнком.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать, что такое «досуг»</li> <li>-знать элементарные правила ухода за ребенком</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать понятия по теме</li> <li>-уметь ухаживать за грудным ребенком</li> </ul>

			Предметы и оборудование для грудного ребёнка. Правила и периодичность по образцу, кормления, купания, пеленания. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской посуды, постели, одежды, игрушек. Роль семьи в жизни человека и общества.		
4	Одежда и обувь	4	Таблица условных обозначений по уходу за одеждой. Условные обозначения на этикетках. Моющие средства для стирки шерстяных и синтетических тканей, этапы стирки. Инструкции на упаковках МС. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей, соблюдение ТБ. Бытовая техника для стирки белья. Режим стирки, температура при машинной стирке. Устройство и виды утюгов. Правила и приёмы заутюживания фасонного белья. Правила ТБ.	Рассказать: - Правила стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. - Правила пользования прачечной, виды услуг. - Правила подготовки вещей к сдаче в стирку. Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей. Утюжить брюки, блузки, рубашки.	-рассказать о правилах стирки белья, постирать свои вещи.Гладить вещи.
5	Жилище	6	Виды подсобных помещений. Современные средства для уборки санузла и ванной комнаты. Печатные инструкции к моющим средствам. Классификация моющих средств. Оборудование, назначение, правила и периодичность уборки	-соблюдать правила периодичности уборки кухни, санузла. -подбирать и применять моющие средства, используемые для уборки кухни, санузла. -объяснить санитарно-	-совершать уборку санузла, кухни. Знать используемые средства для мытья отбирать и применять моющие средства, используемые для уборки кухни, санузла. -мыть кафельные стены, чистить раковины. Пользоваться печатными инструкциями к

			санузла и ванной комнаты. Мытье кафельных стен, чистка раковины, использование инструкции, соблюдение правил техники безопасности, использование резиновых перчаток. Электробытовые приборы в ванной комнате и кухне. Классификация нагревательных приборов в кухне. Их назначение, правила использования, уход и ТБ.	гигиенические требования и техника безопасности при уборке кухни, санузла. -мыть кафельные стены, чистить раковины. -пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке.	моющим средствам, используемым при уборке.
6	Здоровье	7	Оказание первой помощи при ожогах, обморожениях, тепловых и солнечных ударах. Причины несчастных случаев. Степени ожогов, обморожений, признаки отравлений. Выполнение упражнений по оказанию первой помощи. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	-применять и знать правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (обработка места ожога, промывание желудка, меры, принимаемые при обморожениях).	-знать правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (обработка места ожога, промывание желудка, меры, принимаемые при обморожениях). -оказать первую помощь при обморожениях, ожогах.
7	Транспорт	2	Виды транспорта. Виды автотранспорта. Понятие «автовокзал». Службы автовокзала, их назначение. Основные автобусные маршруты. Ориентирование в расписании автобусов, приобретении билетов в кассах. Обращение к работникам вокзала за справочной информацией. Правила безопасности при	-знать основные автобусные маршруты и маршруты водного транспорта. -пользоваться расписанием. -определять стоимость проезда и покупать билет.	-знать основные автобусные маршруты и маршруты водного транспорта. -определять стоимость проезда и покупать билет.

			<p>поездке на автобусе, маршрутном такси.</p> <p>Виды водного транспорта.</p> <p>Понятия «пристань», «порт», «причал». Названия крупных портов нашей страны, службы и маршруты. Правила безопасной поездки на речном и морском видах транспорта. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций. Обращение с просьбами, вопросами к работникам транспорта.</p>		
8	Торговля	3	<p>Понятие «рынок», значение для населённого пункта и в жизни человека. Виды рынков. Различия рынка и магазина. Рыночные и магазинные цены. Выбор продукции в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус, цена, количество и др.)</p> <p>Порядок приобретения товаров на рынке. Права покупателя на рынке, правила поведения на рынке. Нахождение нужных товаров на рынках, правила поведения.</p>	<p>-охарактеризовать назначение специализированных магазинов.</p> <p>-знать и называть ассортимент товаров в специализированных магазинах, стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.</p> <p>-выбирать покупку с учетом различных условий.</p> <p>Подсчитывать стоимость покупок. Культурно вести себя в магазине.</p>	<p>-называть специализированные магазины.</p> <p>-знать и называть ассортимент товаров в специализированных магазинах, стоимость основных продовольственных и промышленных товаров.</p> <p>-выбирать покупку с учетом различных условий.</p> <p>-подсчитывать стоимость покупок.</p> <p>Культурно вести себя в магазине</p>
9	Средства связи	4	<p>Виды телефонов. Виды телефонной связи. Названия сотовых компаний, тарифы,</p>	<p>-правила пользования телефонным справочником.</p> <p>Знать номера телефонов</p>	<p>-знать номера телефонов срочного вызова (пожарная, милиция, аварийные службы).</p>

			<p>номера телефонов срочного вызова. Правила пользования телефонами и культура разговора. Влиянии на здоровье человека излучений мобильного телефона. Телефонный справочник. Причины вызова по номеру экстренных служб, ответственность за ложный вызов. Правила оплаты различных видов телефонной связи.</p>	<p>срочного вызова (пожарная, милиция, аварийные службы). -объяснить причину звонка по телефону срочного вызова. -получать по телефону справки, уточнять время. Культурно разговаривать по телефону.</p>	<p>-объяснить причину звонка по телефону срочного вызова. -получать по телефону справки, уточнять время. Культурно разговаривать по телефону.</p>
10	Учреждения, организации	3	<p>Исполнительные органы государственной власти города, их назначение и структура. Отделы муниципалитета. Назначение полиции. Обращение с вопросами и просьбами к работникам муниципальных учреждений. Морально-этические нормы поведения и навыки общения с людьми в разных жизненных ситуациях.</p>	<p>рассказать: - куда обращаться в случае необходимой помощи;</p>	<p>Определить: -функции отдела по учёту распределения жилплощади, отдела социального обеспечения, отдела народного образования, комиссии по делам несовершеннолетних, отдела по трудоустройству.</p>
11	Экономика домашнего хозяйства	6	<p>Понятие бюджета. Составные части бюджета. Источники доходов и расходы семьи. Классификация основных статей расходов. Планирование и подсчет расходов семьи на месяц по отдельным статьям (ЖКХ, питание, одежда, лекарства и др.) Правила экономии в семье. Значение сбережений в семье.</p>	<p>-называть основные статьи расхода семьи. -знать правила учета расходов, тарифы на электричество, газ, порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг. -планировать крупные покупки, подсчитать</p>	<p>-называть основные статьи расхода семьи. -планировать крупные покупки, подсчитать расходы. -планировать расходы на день, две недели. -снимать показания счетчиков подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии</p>

			<p>Виды хранения и цели сбережений. Кредит, виды кредитов.</p>	<p>расходы. -планировать расходы на день, две недели. -снимать показания счетчиков подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии</p>	
12	Повторение	3	<p>Повторение и обобщение изученного материал в течение года. Выполнение элементарных заданий по инструкции с помощью учителя от начала до конца.</p>		
13	Экскурсии ( в виртуальном формате)	2	<p>Знакомство со службами автовокзала, основными автобусными маршрутами, камерой хранения багажа, выход на перрон. Ориентирование в расписании автобусов, цене билетов. Посещение ближайшего отделения банка. Знакомство с порядком обслуживания клиентов, информационными буклетами. Выполнение правил поведения в общественных местах. Взаимодействие с людьми.</p>	<p>-ознакомиться с предложенным материалом видеоэкскурсий</p>	<p>-ориентироваться в службах вокзала, расписании основных маршрутов</p>

**Тематическое планирование  
9 класс**

№	Тема урока	Кол-во	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Личная гигиена и здоровье	3	ЗОЖ, основные компоненты здорового образа жизни. Правила личной гигиены и их значение для здоровья и жизни человека. Социальные последствия, к которым приводят дурные привычки.	-рассказать вредном воздействии курения и алкоголя, наркотиков на организм человека.	-знать о вредном воздействии курения и алкоголя, наркотиков на организм человека
2	Одежда и обувь	12	Значение опрятного вида человека. Понятие моды, стиля. Виды одежды и обуви в соответствии с назначением. Подбор одежды и обуви в соответствии с модой, назначением, индивидуальными особенностями, бюджетом и своим размером. Определение собственного размера одежды и обуви на практических занятиях. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Магазины по продаже одежды и обуви. Правила приобретения товаров, правила возврата или обмена купленного товара и гарантийные сроки. Предприятия бытового обслуживания населения. Виды услуг, правила	-определить размеры -применять средства для выведения пятен соежды в домашних условиях. -объяснить общие правила выведения жирных пятен, фруктовых, масляной краски, крови, молока, кофе, шоколада, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при работе со средствами для выведения пятен. -подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером. -определить стиль одежды.	-знать свой размер обуви и одежды. -знать способы обновления одежды. -объяснить общие правила выведения жирных пятен, фруктовых, масляной краски, крови, молока, кофе, шоколада, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при работе со средствами для выведения пятен. -подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером.

			<p>приёма, выдачи изделий химчистки, прачечных, мастерских по ремонту обуви и одежды, прейскурант. Средства и правила выведения мелких пятен с одежды из разных видов тканей в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Соблюдение ТБ при пользовании средствами для выведения пятен.</p>		
3	Семья	8	<p>Закон РФ о семье и браке. Порядок и условия заключения и расторжения брака, основы семейных отношений. Морально-этические нормы взаимодействия в семье. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета в семьях. Правила приёма гостей и поведения в гостях. Планирование бюджета семьи.</p>	-знать понятие «семья»	-знать основные понятия по теме -уметь распределять домашние обязанности и вести семейный бюджет
4	Питание	14	<p>Блюда для завтрака, обеда, ужина. Составление меню. Расчет стоимости продуктов для завтрака, обеда, ужина. Составление меню праздничного стола. Классификация блюд. Подбор по рецепту необходимых продуктов, посуды, инструментов. Приготовление праздничного блюда по рецепту, запись</p>	<p>-освоить способы приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола. -готовить отдельные диетические блюда. -анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку. -знать нормы морали и</p>	<p>-освоить способы приготовления национальных блюд, правила сервировки праздничного стола. -готовить отдельные диетические блюда. -знать нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей (при встрече гостей, и расставании). Встречать гостей, вежливо вести</p>



			рецепта. Правила сервировки стола к празднику. Рецепты блюд национальных кухонь. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности.	этики в современном обществе, правила приема гостей . -анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. -соблюдать морально-этические нормы в семье, обществе.	себя при приеме
5	Жилище	8	Комнатные растения. Особенности ухода. Виды мебели. Уход за мебелью. Правила безопасной работы с химическими средствами при уборке. Рациональная расстановка мебели в квартире, детали интерьера. Требования к подбору деталей интерьера. Насекомые и грызуны в доме. Вред, приносимый ими. Профилактические меры и виды химических средств для борьбы с ними. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей, инструкции к ним. ТБ при пользовании этими средствами.	соблюдать правила периодичности уборки кухни, санузла. -подбирать и применять моющие средства, используемые для уборки кухни, санузла. -объяснить санитарно-гигиенические требования и техника безопасности при уборке кухни, санузла. -мыть кафельные стены, чистить раковины.	-уметь ухаживать за комнатными растениями -уметь ухаживать за мебелью -знать правила использование аэрозолей при борьбе с грызунами
6	Торговля	2	Понятие «ярмарка», значение для населённого пункта и в жизни человека. Виды ярмарок. Цены на ярмарке, рынке, магазине. Приобретение покупки с учётом потребностей и возможностей.	классифицировать: -отделы рынка. -цены на отдельные товары. -отличие цен на ярмарке, рынке и в магазинах. -освоить правила сдачи	-знать основные торговые точки города. - цены на отдельные товары. -освоить правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин, правила получения денег за

			Порядок приобретения товаров. Права покупателя. Правила поведения в общественных местах.	вещей в скупку, комиссионный магазин, правила получения денег за проданные вещи.	проданные вещи. -выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями. -обращаться к продавцу, подсчитывать стоимость покупки
7	Здоровье	7	Понятия «инфекция», «вирус». Классификация инфекционных заболеваний (кишечные, воздушно-капельные). Пути распространения и меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Уход за больным человеком (одевать, кормить, умыть, перестилать постель, измерять температуру и др.) Инструкции к лекарствам. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	-знать, что такое «инфекция», «вирус»	-знать основные понятия по теме -уметь ухаживать за болеющим человеком
8	Средства связи	4	Современные виды связи, Особенности каждого вида связи, их значимость в современном мире. Виды денежных переводов. Заполнение бланков почтовых переводов. Обращение к работникам почты за информацией и помощью.	-уметь классифицировать современные виды связи. -уметь заполнять бланки почтовых переводов, оформлять квитанцию по оплате услуг за телефон.	-перечислить современные виды связи. -уметь заполнять бланки почтовых переводов, оформлять квитанцию по оплате услуг за телефон.
9	Учреждения и организации	2	Предприятия бытового обслуживания населения, их названия и адрес. Виды услуг. Прейскурант, подсчет стоимости различных услуг. Обращение с	определять: - отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии; -учреждения и отделы по	уметь: -соотносить выбранную профессию со своими возможностями; -заполнять анкету; -писать заявление, автобиографию;

			<p>вопросами и просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания. Морально-этические нормы поведения и навыки общения с людьми в разных жизненных ситуациях.</p>	<p>трудоустройству; -местонахождения и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе;</p>	<p>-составлять заявки на материалы, инструменты; -писать расписку, докладную записку;</p>
10	Транспорт	3	<p>Виды транспорта. Виды воздушного транспорта. Понятия «аэровокзал», «аэропорт». Службы аэровокзала, их назначение. Порядок досмотра пассажира и его вещей, ограничения в перевозке багажа, регистрация рейсов. Маршруты самолётов. Ориентирование в расписании самолётов, приобретении билетов в кассах. Обращение к работникам за справочной информацией. Правила посадки в самолёт, правила безопасности во время полётов и правила поведения в аэропорту. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Знать: -основные маршруты самолетов. -службы аэровокзала. -порядок приобретения и возврата билетов. -правила посадки в самолет. -ориентироваться в расписании, определять маршрут и выбирать транспортные средства</p>	<p>Знать: -службы аэровокзала. -правила посадки в самолет. -ориентироваться в расписании, определять маршрут и выбирать транспортные средства</p>
11	Деловые бумаги	2	<p>Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию. Составление деловых бумаг.</p>	<p>-знать, что такое «деловые бумаги»</p>	<p>-уметь составлять деловые бумаги</p>

12	Повторение	3	Повторение и обобщение изученного материала.		
----	------------	---	--	--	--

**Материально – техническое обеспечение и ЭОР :**

1. Основы социальной жизни: 5-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями). Комарова С.В.,Александрова Е.Л. Акционерное общество "Издательство "Просвещение"
2. Основы социальной жизни: 6-й класс: учебник для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы (для обучающихся с интеллектуальными нарушениями). Комарова С.В.,Александрова Е.Л. Акционерное общество "Издательство "Просвещение"
3. 7 класс «Социально -бытовая ориентировка» В.П.Субчева . Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2020
4. 8 класс «Социально -бытовая ориентировка В.П.Субчева .» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2019
5. 9 класс «Социально -бытовая ориентировка» В.П.Субчева . Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд.центр ВЛАДОС, 2021
6. Тематические плакаты

Интернет-ресурсы :

<https://infourok.ru/user/kuzmina-yuliya-aleksandrovna8/page/uroki-oszh>

<https://zhuchkova-lubmbou3.edumsko.ru/folders/post/3087516>

<https://multiurok.ru>

<https://infourok.ru>

<https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika>

<https://uchitelya.com>

<https://kopilkaurokov.ru>

<https://proshkolu.ru>

<https://zen.yandex.ru/media/annick/27-internetresurov-dlia-prodvinutogo-uchitelja>