

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Департамент образования Комитета по социальной политике и культуре
администрации г. Иркутска
МБОУ г. Иркутска СОШ № 26

РАССМОТРЕНО

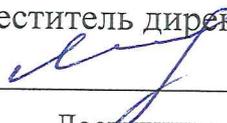
Руководитель МО



Винокурова О.А.
Протокол №1 от «28»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора



Лоскутникова Е.М.
Протокол №1 от «29»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Корж И.А.
Приказ №225/1-ОД от «30»
августа 2024 г.

Рабочая программа учебного предмета

«Основы социальной жизни» 5-9 класс

АООП, вариант 1 срок

г.Иркутск 2024

ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана с целью организации получения качественного образования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), имеющими заключения психолого-медико-педагогической комиссии, сохранения и совершенствования единого образовательного процесса в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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.,

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.

Общая характеристика учебного предмета

Учебная программа «Основы социальной жизни» строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс.

Курс «Основы социальной жизни» состоит из разделов: «Личная гигиена и здоровье», «Охрана здоровья», «Жилище», «Питание», «Транспорт», «Средства связи», «Предприятия, организации, учреждения», «Семья».

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 и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

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

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. 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 и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распорывшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарногигиенические 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 и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии. *Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

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

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

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

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. 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 и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

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

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

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

Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление *Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соленье, 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 школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

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

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых 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. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

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

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

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.

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

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров ит. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

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

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

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

Описание места предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в предметную область «Человек и общество» и относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В соответствии с учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) количество часов в неделю, отводимых на изучение предмета «Основы социальной жизни» в 5-6 классах 1 час в неделю, в 7-9 классах 2 часа в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения предмета

К личностным результатам освоения АООП УО (вариант 1) относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность 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;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 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) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни". 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 педагогического работника; 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 педагогического работника 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; 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); навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов

семейного бюджета; составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Содержание учебного предмета

5 класс

Введение в предмет.

Личная гигиена и здоровье

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила личной гигиены в течение дня. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей. Уход за волосами, ушами, полостью рта. Правила охраны зрения.

Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Ежедневная уборка.

Одежда и обувь

Значение опрятного вида человека. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона

(летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Режим 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.

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

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

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. 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.

Транспорт

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

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

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.

6 класс Личная гигиена и здоровье

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.

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека.

Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры.

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.

Одежда и обувь

Одежда. Особенности разных видов одежды. Уход за одеждой. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная стирка изделий. Электробытовые приборы для глажения: утюг, правила использования. Правила и приемы глажения белья. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Уход за обувью. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Семья

Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

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

Транспорт

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

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.

Жилище

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. 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.

Уход за жилищем. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уход за различными видами напольных покрытий.

Питание

Влияние правильного питания на здоровье человека. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). Крупы. Правила хранения круп. Виды круп. Вредители круп. Соль, сахар. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Каши. Приготовление некоторых блюд для завтрака.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Виды товаров: фасованные, на вес. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).

7 класс Личная гигиена и здоровье

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

Закаливание организма. 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.

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.

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.

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

Одежда и обувь

Уход за одеждой. Хранение одежды: предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.

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.

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

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Семейный досуг. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Проведение игр с детьми младшего возраста. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Транспорт

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

Питание

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

Пряности и приправы. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Магазины по продаже продуктов питания. Универсамы и супермаркеты. Специализированные магазины. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Прием пищи. 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.

Средства связи

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Жилище

Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

Кухня. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

Уход за жилищем. Виды уборки жилища. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. Электробытовые приборы для уборки помещений.

Предприятия, организации, учреждения

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

8 класс

Личная гигиена и здоровье

Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы). Приемы ухода за кожей лица. Типы кожи. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.

Охрана здоровья

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

Одежда и обувь

Одежда. Магазины по продаже различных видов одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Уход за одеждой. Правила и приемы глажения блузок и рубашек.

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

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

Семья

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

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность.

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Средства связи

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.

Жилище

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

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

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).

Питание

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

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

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.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления).

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

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

Предприятия, организации, учреждения

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

9 класс Личная гигиена и здоровье

Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья

Виды врачебной помощи на дому. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Одежда и обувь

Уход за одеждой. 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.

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

Семья

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.

Транспорт

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы

Средства связи

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

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Жилище

Виды жилья: собственное и государственное.

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.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Уход за жилищем. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения.

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.

Питание

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

Обед. 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.

Домашние заготовки. Глубокая заморозка овощей и фруктов.

Предприятия, организации, учреждения

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

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Раздел. Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов
	Введение в предмет ОСЖ		1
1	Введение в предмет ОСЖ	Знакомство с кабинетом, правила поведения в нём. Рассказ учителя. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований. Оформление тетрадей	1

		по предмету.	
	Личная гигиена и здоровье		4
2	Личная гигиена.	Рассказ учителя о правилах личной гигиены, предметах личной гигиены. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Демонстрация наглядного материала. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»	1
3	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Практическая работа: чистка ушей	1
4	Правила ухода за полостью рта	Слушание объяснений учителя о предметах личной гигиены по уходу за полостью рта; правилами ухода за ушами. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Практическая работа: мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.	1
5	Правила освещенности рабочего места	Слушание объяснений учителя о правилах охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом.	1

Жилище			3
6	Виды жилых помещений в городе и деревне.	Слушание объяснений учителя о видах жилых помещений в городе и деревне. Видах отопления в городе и селе. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
7	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 1 четверти.	1
8	Виды жилья «государственное», «собственное».	Слушание объяснений учителя о видах жилья. Систематизация учебного материала. Варианты квартир. Названия комнат по назначению. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Виды жилых помещений».	1
9	Почтовый адрес дома и школы.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Практическая работа: заполнение почтового адреса на конвертах почтовый адрес своего дома и школы.	1
Одежда и обувь			3
10	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Правила ухода за одеждой. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Виды одежды». Практическая работа: «Чистка школьной формы».	1
11	Виды обуви и их назначение.	Слушание объяснений учителя о правилах ухода за кожаной обувью. Правилах повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правилах подготовки обуви к хранению посезонно. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Виды обуви». Практическая работа: Сушка и чистка обуви.	1
Питание			11
12	Продукты питания.	Слушание объяснений учителя о значении и разнообразии продуктов питания для здоровья человека. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация	1

		учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Продукты».	
13	Место и условия приготовления пищи.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом.	1
14	Мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды.	1
15	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 2 четверти.	1

16	Кухонные принадлежности и приборы, посуда.	Слушание объяснений учителя о правилах пользования кухонными принадлежностями и приборами. Уход за ними. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Бытовая техника на кухне». Экскурсия в школьную столовую.	1
17	Виды блюд, не требующих тепловой обработки.	Слушание объяснений учителя. Рассказ о видах бутербродов. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
18	Приготовление завтрака (бутерброды).	Слушание объяснений учителя. Техника безопасности при работе с ножом (приготовление бутербродов). Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа: приготовление бутербродов.	1
19	Приготовление завтрака (блюда из яиц).	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Практическая работа: приготовление омлета.	1
20	Приготовление завтрака (яйца отварные).	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Практическая работа: варка яиц	1
21	Приготовление салата из овощей.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом. Практическая работа: приготовление салата.	1
22	Заваривание чая.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности с электрическим чайником. Практическая работа: заваривание чая	1
23	Сервировка стола к завтраку.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа: сервировка стола к завтраку.	1
24	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 3 четверти.	1
Транспорт			5
25	Виды транспортных средств.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Транспорт»	1
26	Маршрут следования в образовательное учреждение и обратно.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Практическая работа: схематическое обозначение маршрутов	1
27	Поведение в транспорте, поведение на улице.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Сюжетно-ролевая игра «Я пассажир». Просмотр обучающих видео.	1
28	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда.	1
29	Коллективная поездка на школьном автобусе.	Слушание объяснений учителя. Знакомство со знаками дорожного движения в городе. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсии.	1
Семья			3

30	Родственные отношения в семье.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда.	1
31	Состав семьи.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Запись в блокноте.	1
32	Место работы членов семьи, должности, профессии.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда.	1
33	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 4 четверти.	1
34	Повторительнообобщающий урок.	Викторина по пройденному материалу за год.	1
	Итого		34

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Раздел. Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов
	Личная гигиена и здоровье		2
1	Личная гигиена.	Рассказ учителя о значении личной гигиены для здоровья человека. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом (решение кроссворда).	1
2	Гигиена зрения.	Рассказ учителя о значении зрения в жизни и деятельности человека. Правилах бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом (ребусы).	1
	Одежда и обувь		5
3	Одежда. Виды одежды. Уход.	Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Правила ухода за одеждой. Работа с раздаточным материалом. Памятка «Уход за одеждой». Слушание объяснений учителя о правилах и приемах ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная стирка изделий. Практическая работа. Выполнение по образцу. Техника безопасности при работе с утюгом.	1
4	Электробытовые приборы для глажения (утюг).	Слушание объяснений учителя. Правила использования утюга. Правила и приемы глажения белья. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Техника безопасности при работе с утюгом.	1
5	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва.	Слушание объяснений учителя. Выполнение по образцу Выполнение работ по пришиванию пуговиц.	1
6	Уход за обувью.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Правила ухода за обувью из различных материалов. Работа с раздаточным материалом.	1
7	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 1 четверти.	1
	Семья		2

8	Взаимоотношения между родственниками. Обязанности в семье.	Слушание объяснений учителя. Распределение обязанностей в семье. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Права и обязанности каждого члена семьи. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1
9	Семейный досуг.	Слушание объяснений учителя. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.. Дидактическая игра.	1
Транспорт			2
10	Пригородный транспорт (автобусы, электрички).	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
11	Стоимость проезда. Расписание.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
Средства связи			5
12	Основные средства связи (почта, телефон, интернет).	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом	1
13	Почта. Виды почтовых отправлений.	Слушание объяснений учителя. Виды почтовых отправлений: письма, бандероли, посылки, денежные переводы. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
14	Виды писем. Порядок отправки. Стоимость пересылки.	Слушание объяснений учителя. Виды писем: простые, заказные, международные письма. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
15	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 2 четверти.	1
16	Практическая работа. Написание адреса, и индекса на конвертах.	Практическая работа	1
17	Экскурсия на почту.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий . Экскурсия.	1
Жилище			5
18	Виды жилых помещений.	Слушание объяснений учителя. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Таблицы, картинки, моющие средства, инвентарь.	1
19	Планировка жилища.	Составление схемы квартиры. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	1
20	Уход за жилищем. Виды уборки.	Слушание объяснений учителя. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства. Уход за различными видами напольных покрытий. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки. Демонстрация моющих средств	1
21	Кухня. Нагревательные приборы.	Слушание объяснений учителя. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.	1

22	Практическая работа: уход за комнатными растениями.	Практическая работа	1
Питание			10
23	Гигиена приготовления пищи. Правила хранения продуктов.	Слушание объяснений учителя. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Карточки кухонное оборудование, посуда, холодильник. Изучение памятки «Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи»	1
24	Способы выбора доброкачественных продуктов.	Слушание объяснений учителя. Определение срока годности. Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Продукты питания».	1
25	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 3 четверти.	1
26	Кухонные приборы.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Кухонные приборы». Памятка «Инструктаж ТБ с электроприборами».	1
27	Ужин. Виды блюд.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом	1
28	Приготовление блюд из круп.	Практическая работа выполнение блюда Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	1
29	Приготовление блюд из макаронных изделий.	Практическая работа выполнение блюда Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	1
30	Приготовление блюд из молока и молочных продуктов. Запеканка.	Практическая работа выполнение блюда Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	1
31	Приготовление блюд из картофеля.	Практическая работа выполнение блюда Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой . Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	1
32	Оформление готовых блюд.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
33	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 4 четверти.	1
34	Ужин. Сервировка стола к ужину.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа: сервировка стола.	1
Итого			34

Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Раздел. Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов
Личная гигиена			4

1	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	Рассказ учителя. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом (решение кроссворда).	2
2	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	Рассказ учителя. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом (ребусы, памятки).	2
Охрана здоровья			7

3	Виды медицинских учреждений и их назначение.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
4	Работники медицинских учреждений.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Врачи-специалисты»	1
5	Виды медицинской помощи.	Слушание объяснений учителя. Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
6	Вызов «скорой помощи», врача на дом.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Сюжетно-ролевая игра «Вызов врача»	1
7	Применение лекарств. Изучение инструкций.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
8	Экскурсия в аптеку.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. Экскурсия.	1
9	Виды медицинских учреждений и их назначение.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
Одежда и обувь			9
10	Практическая работа. Мелкий ремонт одежды.	Слушание объяснений учителя. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Техника безопасности при работе с иглой и ножницами. Практическая работа. Выполнение по образцу	1
11	Ручная стирка. Машинная стирка.	Слушание объяснений учителя. Стирка белья с помощью стиральной машины (ТБ). Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. (Памятки).	1
12	Практическая работа. Ручная стирка изделий.	Слушание объяснений учителя. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих средств. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	2
13	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 1 четверти.	1
14	Практическая работа. Глажка белья.	Слушание объяснений учителя. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Инструктаж по технике безопасности при работе с электрическим утюгом. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	2

16	Химчистка. Виды услуг.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки).	1
17	Виртуальная экскурсия в химчистку.	Слушание объяснений учителя.	1
	Семья		6
18	Помощь родителям в уходе за младшими детьми.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
19	Семейный досуг.	Слушание объяснений учителя. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Дидактическая игра «Мы идем в театр».	1
20	Практическая работа. Игра.	Слушание объяснений учителя. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
21	Досуг как средство укрепления здоровья.	Слушание объяснений учителя. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы;	2

		посещение спортивных секций и др. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки) Дидактическая игра «Мы идем в поход»	
	Транспорт		6
22	Междугородный железнодорожный транспорт.	Слушание объяснений учителя. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда	2
24	Расписание поездов. Билет. Приобретение билетов.	Слушание объяснений учителя. Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки).	2
25	Экскурсия в железнодорожную кассу.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. Экскурсия.	1
23	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 2 четверти.	1
	Средства связи		3
26	Виды бандеролей. Порядок их отправления.	Слушание объяснений учителя. Упаковка. Стоимость пересылки. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	1
27	Заполнение бланков отправления бандеролей	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	1
28	Экскурсия в почтовое отделение.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. Экскурсия.	1
	Жилище		10
29	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	Слушание объяснений учителя. Подготовка квартиры, дома к зиме, к лету. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Таблицы, картинки, памятки, моющие средства, инвентарь.	1
30	Уборка комнаты. Мытье зеркал.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами .Выполнение по образцу	1

31	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки.	2
32	Уход за мебелью.	Слушание объяснений учителя. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.) Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Таблицы, картинки, моющие средства, инвентарь.	2
33	Практическая работа: Уход за мебелью.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами. Выполнение по образцу.	2
34	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	Слушание объяснений учителя. Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки.	2
Питание			17
35	Виды питания.	Слушание объяснений учителя. Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Виды питания. Первые и вторые блюда».	2
36	Приготовление первых блюд. Щи из свежей капусты.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу. Инструктаж по технике безопасности с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	2
37	Приготовление вторых блюд. Овощное рагу.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	2
38	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 3 четверти.	1
39	Механические и электробытовые приборы.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Техника безопасности при работе с электроприборами. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Электробытовые приборы». Памятки при работе с приборами.	2
40	Приготовление вторых блюд из рыбных продуктов.	Практическая работа выполнение блюда. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды.	2
41	Приготовление вторых блюд из мясных продуктов.	Практическая работа выполнение блюда. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды.	2
42	Приготовление третьих блюд.	Практическая работа выполнение блюда. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Практическая работа: уборка кухни, мытье посуды.	2

43	Оформление готовых блюд.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	1
44	Сервировка стола к обеду.	Слушание объяснений учителя. Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа: сервировка стола.	1
Предприятия, организации, учреждения			6
45	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
46	Виды выпускаемой продукции. Название рабочих специальностей.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
47	Проверочная работа.	Выполнение тестовых заданий по материалу 4 четверти.	1
48	Экскурсия на промышленное предприятие.	Экскурсия. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий.	1
Итого			68

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Раздел. Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов
Личная гигиена			6
1	Уход за кожей лица.	Рассказ учителя. Косметические средства (лосьоны, кремы). Приемы ухода за кожей лица. Типы кожи. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом (памятки по уходу за кожей лица). Демонстрация наглядного материала косметических средств по уходу за кожей лица.	2
2	Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема	Рассказ учителя. Практическая работа. Уход за кожей лица. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя нанесение косметических средств.	2
3	Вредные привычки и способы предотвращения их появления.	Рассказ учителя. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Систематизация учебного материала. Просмотр презентации «Вредные привычки». Обсуждение.	2
Охрана здоровья			9
4	Домашняя аптечка. Термометр.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала.	2
5	Лекарственные растения.	Слушание объяснений учителя. О вреде самолечения. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Дидактическая игра «Лекарственные растения».	2
6	Уход за больным на дому.	Слушание объяснений учителя. Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2

7	Виды врачебной помощи на дому.	Слушание объяснений учителя. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Наблюдение за демонстрациями учителя. Практическая работа наложение повязки.	2
8	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 1 четверти.	1
Одежда и обувь			7
9	Шерстяные и синтетические ткани.	Рассказ учителя. Шерстяные и синтетические ткани. Стирка изделий в домашних условиях. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом	1
10	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Инструктаж по технике безопасности при использовании стирального порошка. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	1
11	Прачечная. Виды услуг.	Рассказ учителя. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования. Прачечная самообслуживания. Заполнение бланков для сдачи белья. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом	2
12	Утюжка блузок рубашек, платьев.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Утюжка блузок рубашек, платьев. Инструктаж по технике безопасности работы с утюгом. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
13	Виртуальная экскурсия в прачечную	Экскурсия	1
Семья			4
14	Досуг как развитие интереса, к какому либо виду деятельности (хобби).	Рассказ учителя. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом.	2

		Демонстрация наглядного материала.	
15	Отдых и его разновидности.	Рассказ учителя. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала.	2
Транспорт			8

16	Междугородный автотранспорт.	Слушание объяснений учителя. Автовокзал. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда	2
17	Основные автобусные маршруты.	Слушание объяснений учителя. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки). Демонстрация наглядного материала.	2
18	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 2 четверти.	1
19	Водный транспорт.	Слушание объяснений учителя. Порт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда. Демонстрация наглядного материала.	2
20	Экскурсия на автобусную станцию.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. Экскурсия.	1
Средства связи			4
21	Телефон. Телефонный справочник	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
22	Культура разговора по телефону.	Слушание объяснений учителя. Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда Демонстрация наглядного материала. Сюжетно-ролевая игра	2
Жилище			6
23	Моющие средства для уборки.	Слушание объяснений учителя. Печатные инструкции к моющим средствам. Уборка кухни, санузла, ванны. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки). Таблицы, картинки, памятки, моющие средства, инвентарь. Демонстрация наглядного материала.	2
24	Чистка раковин.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Чистка раковин. Инструктаж по технике безопасности при использовании чистящих средств. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
25	Уборка кухни.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Уборка кухни. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих и чистящих средств. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки	2
Питание			19
26	Виды теста.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Виды теста».	2

27	Тесто пресное.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Приготовление теста для блинов. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	2
28	Тесто дрожжевое.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Приготовление дрожжевого теста. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
29	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 3 четверти.	1
	Приготовление пиццы.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Приготовление пиццы. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Техника безопасности при работе с ножом. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
30	Песочное тесто.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Выпечка печенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
31	Заготовка продуктов впрок. Квашение, соленье овощей, варенье	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Заготовка продуктов впрок. Квашение, соленье овощей, варенье. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала.	2
32	Квашение капусты.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Квашение капусты. Техника безопасности при работе с ножом. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
33	Варка варенья.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Варка варенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
34	Составление меню завтрака, обеда, ужина.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала.	2
	Предприятия, организации, учреждения		5
35	Местные, промышленные и сельскохозяйственные предприятия.	Слушание объяснений учителя. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
36	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 4 четверти.	1
37	Экскурсия в одну из организаций.	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий. Экскурсия.	1
38	Повторительнообобщающий урок.	Викторина.	1
	Итого		68

Тематическое планирование 9 класс

№ п/п	Раздел. Название темы	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Кол-во часов
Личная гигиена			4
1	Здоровый образ жизни.	Рассказ учителя. Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом.	2
2	Средства и способы укрепления здоровья.	Рассказ учителя. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом.	2
Охрана здоровья			4
3	Виды врачебной помощи на дому	Слушание объяснений учителя. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя.	2
4	Амбулаторный прием.	Слушание объяснений учителя. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя.	2
Одежда и обувь			9
5	Стиль одежды. Мода.	Рассказ учителя. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом.	2
6	Выбор одежды и обуви при покупке.	Рассказ учителя. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом;	2
7	Определение своего размера (одежды, обуви).	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Определение своего размера. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	2
8	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 1 четверти.	1
9	Правила и способы выведение пятен на одежде.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Выведение пятен в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
Семья			10
10	Летний отдых.	Рассказ учителя. Просмотр презентации «Виды проведения летнего отдыха, его планирование». Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала.	2

11	Бюджет отдыха.	Рассказ учителя. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом. Составление сметы трат.	2
12	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	Рассказ учителя. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом.	2
13	Основные статьи расходов.	Рассказ учителя. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом;	2
14	Планирование расходов на месяц.	Рассказ учителя. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Ответы на вопросы учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с дидактическим материалом.	2
Транспорт			5
15	Авиатранспорт. Аэровокзал	Слушание объяснений учителя. Назначение авиатранспорта. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда.	2
16	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 2 четверти.	1
17	Маршруты. Порядок приобретения билетов.	Слушание объяснений учителя. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки). Демонстрация наглядного материала.	2
Средства связи			8
18	Виды связи.	Слушание объяснений учителя. Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, интернет, телефон с определителем. Особенности каждого вида связи и их значимость. Необходимость в современных условиях жизни общества. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда	2
19	Виды денежных переводов.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Разгадывание кроссворда. Демонстрация наглядного материала. Сюжетно-ролевая игра.	2
20	Заполнение бланков денежных переводов.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа: заполнение бланков денежных переводов. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу	2
21	Видео-связь (скайп).	Слушание объяснений учителя. Практическая работа «Видеозвонок». Особенности, значение в современной жизни.	2
Жилище			4

22	Расстановка мебели в квартире. Интерьер.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом (памятки). Таблицы, картинки, памятки, предметы интерьера, мебель. Демонстрация наглядного материала.	2
23	Сохранение жилищного фонда.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Памятки.	2
Питание			19
24	Диетическое питание.	Слушание объяснений учителя. Рецепты диетических блюд. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Диетическое питание».	2
25	Приготовление диетического блюда.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Приготовление диетического блюда. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
26	Питание детей ясельного возраста.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом «Питание детей ясельного возраста».	2
27	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 3 четверти.	1
28	Приготовление блюда для детей ясельного возраста.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа «Приготовление блюда для детей ясельного возраста». Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
29	Национальные блюда.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом.	2
30	Приготовление национальных блюд.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
31	Меню праздничного стола.	Слушание объяснений учителя. Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Работа с раздаточным материалом.	1
32	Сервировка праздничного стола.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа: сервировка праздничного стола. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
33	Приготовление салата для праздничного стола.	Слушание объяснений учителя. Практическая работа: приготовление салата для праздничного стола. Наблюдение за демонстрациями учителя. Выполнение по образцу.	2
Предприятия, организации, учреждения			6
34	Исполнительные органы государственной власти (города, района).	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом. Демонстрация наглядного материала	2

35	Муниципальные власти. Структура, назначение.	Слушание объяснений учителя. Систематизация учебного материала. Работа с раздаточным материалом.	2
36	Тестирование.	Выполнение тестовых заданий по материалу 4 четверти.	1
37	Экскурсия. Деятельность предприятия.	Экскурсия. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий.	1
	Итого		68

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Перечень материально-технического обеспечения Освоение учебного предмета «Основы социальной жизни» предполагает использование расходных материалов, необходимых в процессе обучения, инструментов и оборудования, технических средств, демонстрационных и печатных пособий.

1. **Расходные материалы** (средства по уходу за кожей, средства по уходу за волосами, средства бытовой химии для уборки жилища, средства для стирки одежды, пятновыводители, средства по уходу за обувью).

2. Инструменты и оборудование:

№п/п	Оборудование
1	Плита для приготовления пищи
2	Микроволновая печь
3	Холодильник с морозильной камерой
4	Миксер
5	Овощерезка
6	Мясорубка
7	Кухонная утварь: кастрюли, сковорода, электрочайник, <u>противень</u> , набор ножей, <u>терка</u> , разделочная доска
8	Набор: столовой посуды, чайной посуды, столовых приборов.
9	Посуда для сыпучих продуктов
10	Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки.
11	Кухонная мебель: кухонный гарнитур с вытяжкой.
12	Стиральная машина
13	Фен
14	Обеденный стол.
15	Стулья
16	Диван
17	Кресла
18	Секционные шкафы
19	Портьеры
20	Настольная лампа
21	Инвентарь для уборки: ведра, тряпки,
22	<u>Пылесос</u>
23	Таз для стирки
24	Утюг
25	Набор инструментов для мелкого ремонта одежды
26	Видео связь (скайп)

3. Технические средства:

- ПК;
- экранные пособия (видеофильмы, DVD - диски).

4. Интернет-ресурсы

1. <http://www.ed.gov.ru>,
2. <http://www.rfh.ru>,
3. <http://www.int-edu.ru>,
4. <http://www.rsl.ru>,
5. <http://www.gnpbu.ru>,
6. <http://www.pedlib.ru>,
7. <http://dic.academic.ru>,
8. <http://ditionary.fio.ru>,
9. <http://www.ug.ru>,
10. <http://skazochki.narod.ru>,
11. <http://www.uroki.net/>.

Учебники, учебные пособия для учащихся	Дидактическое обеспечение	Методическое обеспечение	Контрольноизмерительные материалы
5 – 9 класс			
	Львова, С.А.	1. Девяткова, Т.А., Социально – бытовая ориентировка в	Самостоятельная
	Справочник выпускника / [С.А.Львова]. – Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2009.	специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: / Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочеткова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М.Щербакова, Пособие для учителя // под ред. А.М.Щербакова.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 2.. Воронкова, В.В. Социально – бытовая ориентировка учащихся 5 – 9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для // В.В. Воронкова, С.А Казакова.- М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006. 3.Гладкая, В.В. Социально – бытовая подготовка воспитанников специальных(коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. – М. : Изд. НЦЭНАС. 2006. 4.Хилько, А.А. Преподавание социально - бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образ.учрежд. VIII вида: Пособие для учителя. СПб. : филиал изд. Просвещение, 2006.	работа утвержденная на заседании м/о.