

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики

Свердловской области

ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АООП»



УТВЕРЖДЕНО

директор

Ахмедзянова С.В.

312 от «29» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(УО1.4.4.2 (5-9))

учебного предмета «Основы социальной жизни»

5-9 класс

**адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Серов 2023

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, утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по предмету.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи учебного предмета

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.

Место учебного предмета в АООП

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в предметную область «Человек и общество» и является обязательным для изучения. Общее количество часов, отведенных на изучение предмета, составляет 340 часов:

- в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю);
- в 6 классе – 68 часов (2 час в неделю);
- в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю);
- в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю);
- в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

2. 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, просмотра 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 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 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.

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

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

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 и т. д.

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

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

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

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

Тематический план 5 класса

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Контрольные работы
1	Вводное занятие	1	
2	Личная гигиена и здоровье	7	
	Одежда и обувь	12	
4	Питание	20	1
5	Жилище	4	
6	Транспорт	6	
7	Торговля	10	1
10	Семья	8	
	Итого:	68	2

Тематический план 6 класса

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Контрольные работы
1	Личная гигиена и здоровье	8	
	Одежда и обувь	8	
3	Семья	4	
4	Транспорт	4	
5	Культура поведения	2	

6	Средства связи	6	1
7	Жилище	18	
8	Питание	14	
9	Торговля	5	1
10	Охрана здоровья	6	
11	Предприятия, организации, учреждения	3	
	Итого:	68	2

Тематический план 7 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Контрольные работы
1	Личная гигиена	3	
2	Одежда и обувь	11	
3	Семья	5	
4	Транспорт	6	
5	Культура поведения	5	1
6	Средства связи	4	
7	Жилище	8	
8	Питание	14	
9	Медицинская помощь	4	
10	Торговля	4	1
11	Учреждения и организации	4	
	Итого:	68	2

Тематический план 8 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Контрольные работы
1	Личная гигиена	4	
2	Одежда и обувь	6	
3	Семья	8	
4	Транспорт	4	
5	Культура поведения	3	
6	Средства связи	3	
7	Жилище	5	1
8	Питание	14	
9	Торговля	3	
10	Медицинская помощь	7	1
11	Учреждения и организации	4	
12	Экономика домашнего хозяйства	7	
	Итого:	68	2

Тематический план 9 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Контрольные работы
1	Личная гигиена	2	
2	Одежда и обувь	5	
3	Семья	7	
4	Транспорт	2	
5	Культура поведения	5	
6	Средства связи	8	1

7	Жилище	3	
8	Питание	9	
9	Торговля	3	
10	Медицинская помощь	6	
11	Учреждения и организации	4	
12	Экономика домашнего хозяйства	7	1
13	Профориентация и трудоустройство	7	
	Итого:	68	2

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К числу планируемых результатов отнесены:

- личностные, включающие овладение обучающимися жизненными и социальными компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений обучающихся в различных средах;
- предметные, связанные с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризующие их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни.

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения учебного предмета в 5 классе

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;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте,

музеях, медицинских учреждениях);

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;
составление меню для завтрака 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).

Предметные результаты освоения учебного предмета в 6 классе

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;
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.

Предметные результаты 7 класс

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.
- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.
- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- Назначение и различие универмага и универсама.
- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.
- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

Предметные результаты 8 класс

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно и без рецепта готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- Самостоятельно определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ежедневно без напоминания взрослых правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.

- Самостоятельно и правильно стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- Самостоятельно аккуратно купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Предметные результаты 9 класс

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

Формирование базовых учебных действий

Основная цель реализации формирования БУД состоит в формировании школьника с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) как субъекта учебной деятельности, которая обеспечивает одно из направлений его подготовки к самостоятельной жизни в обществе и овладения доступными видами профильного труда.

Задачами реализации являются:

- формирование мотивационного компонента учебной деятельности;
- овладение комплексом базовых учебных действий, составляющих операционный компонент учебной деятельности;
- развитие умений принимать цель и готовый план деятельности, планировать знакомую деятельность, контролировать и оценивать ее результаты в опоре на организационную помощь педагога.

Уровень сформированности базовых учебных действий обучающихся с легкой умственной отсталостью определяется на момент завершения обучения школе.

Базовые учебные действия рассматриваются на различных этапах обучения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся с легкой умственной отсталостью.

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий учащимися 5 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих умений:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться 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 общепользую социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно- историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия включают:

- 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 действия представлены умениями:

- 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 учебные действия:

- 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.

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий учащимися 6 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих умений:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться 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.

Коммуникативные учебные действия включают:

- 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 действия представлены умениями:

- 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 учебные действия:

- 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.

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий учащимися 7 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих умений:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться 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.

Коммуникативные учебные действия включают: 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 действия представлены умениями: 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 учебные действия: 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.

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий учащимися 8 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих умений:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться 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.

Коммуникативные учебные действия включают: 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 действия представлены умениями: 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 учебные действия: 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.

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий учащимися 9 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих умений:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться 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.

Коммуникативные учебные действия включают: 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 действия представлены умениями: 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 учебные действия: 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.

В процессе обучения осуществляется мониторинг всех групп БУД, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволяет делать выводы об эффективности, проводимой в этом направлении, работы. Для оценки сформированности каждого действия педагоги школы используют следующую систему оценки:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка личностных результатов

0 баллов - нет фиксируемой динамики;

1 балл - минимальная динамика;

2 балла - удовлетворительная динамика;

3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов

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

"удовлетворительно" (зачёт), если обучающиеся верно выполняют от 35% до 50% заданий;

"хорошо" - от 51% до 65% заданий.

"очень хорошо" (отлично) свыше 65%.

4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов	Дата проведения
Вводное занятие (1ч.)			
1	Содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»	1	
Личная гигиена и здоровье (7ч.)			
2	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека	1	
3	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.	1	
4	Личные вещи для совершения туалета. Правила хранения и уход.	1	
5	Уход за кожей рук и ногтями.	1	
6	Уход за волосами. Средства ухода за волосами.	1	
7	Гигиена зрения. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности.	1	
8	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»	1	
Одежда и обувь (12 ч.)			
9	Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная)	1	
10	Виды одежды в зависимости от назначения: деловая, праздничная, спортивная и т.д.	1	
11	Виды одежды в зависимости от способа ношения и сезона	1	
12	Особенности разных видов одежды. Правила ухода за одеждой	1	
13	Головные уборы: виды и назначение.	1	
14	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека	1	
15	Магазины по продаже различных видов одежды	1	
16	Обувь. Виды обуви в зависимости от времени года, назначения, вида материалов	1	
17	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата.	1	
18	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила	1	
19	Чистка обуви. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.	1	
20	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт	1	
Питание (20 часов)			
21	Организация питания семьи. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания.	1	

22	Продукты питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1	
23	Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование.	1	
24	Гигиена приготовления пищи.	1	
25	Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения. Вторичное использование черствого хлеба	1	
26	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	1	
27	Яйца. Определение свежести яиц. Места для хранения яиц.	1	
28	Приготовление завтрака. Блюда из яиц	1	
29	Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд.	1	
30	Контрольная работа за 1 полугодие	1	
31	Сахар: его польза и вред.	1	
32	Чай и кофе. Способы заварки чая. Виды кофе.	1	
33	Овощи, плоды, ягоды, грибы .Первичная обработка овощей.	1	
34	Приготовление салатов из сырых овощей.	1	
35	Правила хранения овощей. Свежие и замороженные продукты.	1	
36	Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое)	1	
37	Способы нарезки овощей. Приготовление винегрета	1	
38	Сервировка стола к завтраку. Приемы складывания салфеток.	1	
39	Как правильно вести себя за столом.	1	
40	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1	
	Жилище (4часа)		
41	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности.	1	
42	Виды жилья: собственное и государственное	1	
43	Домашний почтовый адрес	1	
44	Повторение изученного материала по разделу «Жилище»	1	
	Транспорт (6 часов)		
45	Городской транспорт. Виды городского транспорта	1	
46	Проезд из дома в образовательную организацию. Расчет стоимости проезда.	1	
47	Правила поведения в городском транспорте	1	
48	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения	1	
49	Знакомство со знаками дорожного движения в городе. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсии.	1	
50	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»	1	
	Торговля (10 часов)		
51	Магазины по продаже продуктов питания. Основные	1	

	отделы в продуктовых магазинах.		
52	Универсамы и супермаркеты. Магазины в сельской местности.	1	
53	Специализированные магазины	1	
54	Виды товаров: фасованные, на вес, на разлив	1	
55	Порядок покупки товара	1	
56	Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес.	1	
57	Срок годности продуктов питания.	1	
58	Повторение изученного материала по разделу «Торговля»	1	
59	Повторение изученного материала по всем разделам	1	
60	Комплексная контрольная работа	1	
	Семья (8 часов)		
61	Семья. Родственные отношения в семье.	1	
62	Состав семьи	1	
63	Фамилии, имена, отчества ближайших родственников, возраст, дни рождения.	1	
64	Место работы членов семьи, должности, профессии.	1	
65	Взаимоотношения между родственниками	1	
66	Распределение обязанностей в семье.	1	
67	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1	
68	Повторение изученного материала по разделу «Семья»	1	

6класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов	Дата проведения
Личная гигиена и здоровье (8 часов.)			
1	Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1	
2	Гигиена тела. Уход за телом.	1	
3	Уход за кожей рук и ногтями. Косметические средства для ухода за кожей рук	1	
4	Уход за кожей ног: ежедневное мытье ног, приемы обрезания ногтей на ногах	1	
5	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки)	1	
6	Закаливание организма. Способы закаливания.	1	
7	Составление комплексов утренней гимнастики.	1	
8	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»	1	
Одежда и обувь (8 ч.)			
9	Значение опрятного вида человека. Уход за одеждой.	1	
10	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	1	
11	Ручная и машинная стирка. Правила сушки белья из различных тканей	1	
12	Глажение изделий из различных тканей. Электробытовые приборы для глажения	1	

13	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.	1	
14	Выведение пятен в домашних условиях.	1	
15	Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.	1	
16	Повторение изученного материала по разделу «Одежда и обувь»	1	
	Семья (4 часа)		
17	Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников.	1	
18	Место работы членов семьи, должности, профессии	1	
19	Распределение обязанностей в семье.	1	
20	Домашние обязанности	1	
	Транспорт (4 часа)		
21	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Правила поведения в общественном транспорте	1	
22	Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки села и в ближайшие населённые пункты	1	
23	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички.	1	
24	Пригородный транспорт. Расписание. Стоимость проезда.	1	
	Культура поведения (2 часа)		
25	Поведение в музее, библиотеке.	1	
26	Поведение в кино, театре.	1	
	Средства связи (6 часа)		
27	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования	1	
28	Почта. Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка	1	
29	Контрольная работа за 1 полугодие	1	
30	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Стоимость пересылки	1	
31	Практическая работа. Написание адреса, и индекса на конвертах	1	
32	Повторение изученного материала по разделу «Средства связи»	1	
	Жилище (8 часов)		
33	Жилище. Общее представление о доме. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах	1	
34	Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода.	1	
35	Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Их назначение.	1	
36	.Мебель в жилых помещениях: мягкая, корпусная.	1	

	Уход за мебелью. Магазины по продаже мебели.		
37	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии, ковры, паласы, светильники. Правила Ухода за убранством жилых комнат	1	
38	Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению.	1	
39	Виды уборки жилища: сухая, влажная. Ежедневная уборка, сезонная уборка жилых помещений.	1	
40	Повторение изученного материала по разделу «Жилище»	1	
	Питание (14 часов)		
41	Организация питания семьи. Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи	1	
42	Способы выбора доброкачественных продуктов. Определение срока годности. Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи	1	
43	Рынки. Виды продовольственных рынков. Основное отличие рынка от магазина.	1	
44	Электробытовые приборы на кухне. Назначение, правила использования и ухода. Техника безопасности при работе с электроприборами	1	
45	Крупы. Виды круп. Правила их хранения. Вредители круп.	1	
46	Технология приготовления блюд из круп	1	
47	Мука. Виды муки: пшеничная, ржаная, гречневая. Сорта муки (крупчатка, высший, первый, второй сорт). Правила хранения муки	1	
48	Практическая работа. Приготовление блюд из макаронных изделий.	1	
49	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.	1	
50	Приготовление блюд на основе молока и молочных продуктов. Запеканка, сырники.	1	
51	Ужин. Блюда для ужина: холодный и горячий ужин. Составление меню для ужина.	1	
52	Отбор продуктов для ужина. Стоимость и расчет продуктов.	1	
53	Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Оформление готовых блюд. Сервировка стола к ужину.	1	
54	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1	
	Торговля (5 часов)		
55	Продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1	
56	Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1	
57	Правила поведения в магазине	1	
58	Порядок приобретения товара. Оплата. Хранение чека для возможности обмена товара. Гарантия товара.	1	

59	Комплексная контрольная работа	1	
	Охрана здоровья (6 часов)		
60	Виды медицинских учреждений и их назначение.	1	
61	Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	1	
62	Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств	1	
63	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Способы измерения температуры тела.	1	
64	Применение лекарств. Изучение инструкций лекарственных препаратов.	1	
65	Самолечение и его негативные последствия	1	
	Предприятия, организации, учреждения (3 часа)		
66	Образовательные организации. Школьные и дошкольные.	1	
67	Учреждения дополнительного образования	1	
68	Экскурсия в учреждения дополнительного образования.	1	

7класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов	Дата проведения
Личная гигиена (3ч.)			
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1	
2	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1	
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой. Гигиена одежды, нательного и постельного белья	1	
Одежда и обувь (11ч.)			
4-5	Мелкий ремонт одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Техника безопасности при работе с иглой и ножницами	2	
6	Бытовая техника для стирки.	1	
7	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Стирка белья с помощью стиральной машины	1	
8	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Инструктаж по технике безопасности при использовании	1	

	моющих средств.		
9	Стирка изделий из шелка.	1	
10-11	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Инструктаж по технике безопасности при работе с электрическим утюгом	2	
12	Прачечная. Виды услуг. Правила пользования. Прачечная самообслуживания. Заполнение бланков для сдачи белья. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку.	1	
13	Экскурсия в прачечную.	1	
14	Проверочная работа по разделу «Одежда и обувь»	1	
Семь(5ч.)			
15	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	1	
16	Практическая работа Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста	1	
17	Проведение игр с детьми младшего возраста.	1	
18	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.	1	
19	Повторение изученного материала по разделам «Семья»	1	
Транспорт (6ч.)			
20	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов	1	
21	Вокзал и его службы.	1	
22	Виды вагонов.		
23	Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1	
24	Камера хранения багажа.		
25	Экскурсия на вокзал. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1	
Культура поведения (5ч.)			
26	Правила приема приглашения в гости. Практическая работа Оформление пригласительного на день рождения.	1	

27	Подготовка к походу в гости. Правила поведения в гостях.	1	
28	Подарки. Правила поведения при вручении и принятии подарка	1	
29	Практическая работа Подарки. Изготовление несложных сувениров.	1	
30	Контрольная работа за 1 полугодие.		
Средства связи (4ч.)			
31	Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	1	
32	Посылка. Виды упаковки. Стоимость пересылки.	1	
33	Практическая работа. Заполнение бланков отправления бандеролей	1	
34	Экскурсия в почтовое отделение. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1	
Жилище(8ч.)			
35	Регулярная уборка жилого помещения.	1	
36	Сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры, дома к зиме, к лету.	1	
37	Виды моющих средств.	1	
38	Практическая работа. Уборка комнаты. Мытье зеркал. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами	1	
39	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1	
40	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.)	1	
41	Практическая работа: Уход за мебелью. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами	1	
42	Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при нахождении животных в доме.	1	
Питание (14ч.)			
43	Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда	1	

44-45	Инструктаж по технике безопасности с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты первых блюд. Щи из свежей капусты.	2	
46-47	Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты вторых блюд. Овощное рагу.	2	
48	Использование механических и электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Техника безопасности при работе с электроприборами	1	
49-50	Рецепты вторых блюд из рыбных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	2	
51-52	Рецепты вторых блюд из мясных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	2	
53	Рецепты третьих блюд. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом	1	
54	Оформление готовых блюд.	1	
55	Сервировка стола к обеду	1	
56	Ужин. Сервировка стола к ужину.	1	
Торговля (4ч.)			
57	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов	1	
58	Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1	
59	Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров.	1	
60	Контрольная работа за год.	1	
Медицинская помощь (4ч.)			
61	Домашняя аптечка. Термометр	1	
62	Лекарственные растения. О вреде самолечения	1	

63	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, ушибах, переломах.	1	
64	Практическая работа. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность	1	
Учреждения и организации (4ч.)			
65	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты Серовского района.	1	
66	Виды выпускаемой продукции. Название рабочих специальностей.	1	
67	Экскурсия на промышленное предприятие.	1	
68	Обобщающий урок.	1	

8класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов	
Личная гигиена (4ч.)			
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1	
2	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы)	1	
3	Приемы ухода за кожей лица. Типы кожи	1	
4	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»	1	
Одежда и обувь (6ч.)			
5	Шерстяные и синтетические ткани. Стирка изделий в домашних условиях	1	
6	Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Инструктаж по технике безопасности при использовании стирального порошка.	1	
7	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1	
8	Утюжка блузок рубашек, платьев. Инструктаж по технике безопасности работы с утюгом	1	
9	Виртуальная экскурсия в химчистку.	1	
10	Проверочная работа по разделу «Одежда и обувь»	1	
Семья (8ч.)			

11	Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребёнком.	1	
12	Периодичность кормления ребенка	1	
13	Одевание и пеленание ребенка	1	
14	Практическая работа. Одевание и пеленание ребенка	1	
15	Купания грудного ребенка	1	
16	Практическая работа. Правила купания ребенка	1	
17	Кормление грудного ребенка. Правила содержания детской посуды и игрушек	1	
18	Повторение изученного материала по разделу «Семья»		
Транспорт (4ч.)			
19	Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	1	
20	Водный транспорт. Порт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда	1	
21	Виртуальная экскурсия на автобусную станцию.	1	
22	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»	1	
Культура поведения (3ч.)			
23	Культура общения юноши и девушки.	1	
24	Внешний вид.	1	
25	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»	1	
Средства связи (3ч.)			
26	Телефон. Телефонный справочник	1	
27	Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи.	1	
28	Контрольная работа за 1 полугодие	1	
Жилище (5 ч.)			
29	Моющие средства для уборки.	1	
30	Уборка кухни, санузла, ванны.	1	
31	Печатные инструкции к моющим средствам.	1	

32	Чистка раковин. Инструктаж по технике безопасности при использовании чистящих средств	1	
33	Уборка кухни. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих и чистящих средств	1	
Питание (14ч.)			
34	Виды теста	1	
35-36	Тесто пресное. Приготовление теста для блинов. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	2	
37-38	Тесто дрожжевое. Приготовление дрожжевого теста. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	2	
39-40	Приготовление пиццы. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Техника безопасности при работе с ножом.	2	
41-42	Песочное тесто. Практическая работа. Выпечка печенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	2	
43	Заготовка продуктов впрок. Квашение, соление овощей, варенье.	1	
44	Квашение капусты. Техника безопасности при работе с ножом	1	
45-46	Варка варенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью.	2	
47	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1	
Торговля (3ч.)			
48	Виды рынков	1	
49	Различие магазина и рынка.	1	
50	Экскурсия в один из специализированных магазинов. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1	
Медицинская помощь (7ч.)			
51	Ожоги. Первая помощь при ожогах.	1	
52	Первая помощь при обмороживании	1	
53	Первая помощь при отравлениях.	1	
54	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.	1	

55	Первая помощь утопающему		
56	Глистные заболевания и меры их предупреждения	1	
57	Контрольная работа за год	1	
Учреждения и организации (4ч.)			
58	Департамент. Муниципалитет, префектура. Их назначение.	1	
59	Муниципалитет, префектура. Их назначение.		
60	Полиция		
61	Экскурсия в одну из организаций.	1	
Экономика домашнего хозяйства (7ч.)			
62	Бюджет семьи.	1	
63	Доходы и расходы	1	
64	Основные статьи расходов семьи.	1	
65	Планирование расходов. Правила экономии	1	
66	Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной энергии. Оплата коммунальных услуг через сбербанк онлайн	1	
67	Упражнения в планировании крупных покупок	1	
68	Повторительно-обобщающий урок.	1	

9класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов	
Личная гигиена (2ч.)			
1	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1	
2	Средства и способы укрепления здоровья. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух.	1	
Одежда и обувь (5ч.)			
3	Стиль одежды. Мода. Обновление одежды.	1	
4	Выбор одежды и обуви при покупке.	1	
5	Практическая работа. Определение своего размера.	1	

6	Правила и способы выведение мелких пятен на одежде в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	1		
7	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	1		
Семья (7ч.)				
8	Российская семья. Условия для создания семьи.	1		
9	Условия для создания семьи.	1		
10	Закон Российской Федерации о браке и семье	1		
11	Семейные отношения. Семейные традиции.	1		
12	Упражнения в планировании бюджета семьи.	1		
13	Забота о детях.	1		
14	Повторение изученного материала по разделу «Семья»,			
Транспорт (2)				
15	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	1		
16	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	1		
Культура поведения (5ч.)				
17	Поведение в обществе.	1		
18	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми.	1		
19	Правила общежития.	1		
20	Взаимоотношения с соседями.	1		
21	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»	1		
Средства связи (8ч.)				
22	Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Особенности каждого вида связи и их значимость.	1		
23	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	1		
24	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.	1		
25	<i>Интернет-связь</i> . Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	1		

26	Виды денежных переводов. Стоимость отправки	1	
27	Заполнение бланков денежных переводов	1	
28	Повторение изученного материала по разделу «Средства связи»	1	
29	Контрольная работа	1	
Жилище (3ч.)			
30	Рациональная расстановка мебели в квартире.	1	
31	Интерьер	1	
32	Сохранение жилищного фонда	1	
Питание (9ч.)			
33	Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд.	1	
34	Приготовление диетического блюда Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой	1	
35	Питание детей ясельного возраста	1	
36	Приготовление блюда для детей ясельного возраста	1	
37	Национальные блюда	1	
38	Приготовление национальных блюд	1	
39	Меню праздничного стола.	1	
40	Сервировка праздничного стола	1	
41	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1	
Торговля (3ч.)			
42	Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов. Значение ярмарок	1	
43	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания, продовольственными товарами и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка, цена на отдельные товары.	1	
44	Экскурсия на рынок.	1	
Медицинская помощь (6ч.)			
45	Инфекционные заболевания.	1	

46	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний		
47	Уход за больным.	1	
48	Сюжетная игра – «Больной в доме».	1	
49	Применение лекарства. Чтение инструкций	1	
50	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1	
Учреждения и организации (4ч.)			
51	Предприятия бытового обслуживания населения. Их назначение	1	
52	Виды услуг	1	
53	Профессии работников.	1	
54	Деятельность предприятия.	1	
Экономика домашнего хозяйства (7ч.)			
55	Бюджет семьи. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы	1	
56	Экономия в домашнем хозяйстве	1	
57	Сбербанк. Кредит.	1	
58	Государственное страхование.		
59	Сбережения. Назначение сбережений.	1	
60	Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов.		
61	Контрольная работа за год	1	
Профориентация и трудоустройство (7ч.)			
62	Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива	1	
63	Биржа труда.		
64	Учреждения и отделы по трудоустройству	1	
65	Оформление на работу. Документы, необходимые для оформления на работу	1	
66	Собеседование. Оформление на работу	1	

67	Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка), правила их составления.	1	
68	Практическая работа «Написание заявлений о зачислении в учебное заведение, об увольнении».	1	