

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Свердловской области**

**Управление образования Администрации муниципального округа**

**Сухой Лог**

**МБОУ СОШ № 3**

Принято на педагогическом совете  
протокол № 1 от «28» августа 2025 г.

Утверждена  
Приказом директора МБОУ СОШ №3  
№ 74/1-ОД от «28» августа 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

для

обучающихся с нарушениями интеллекта

по предмету «Основы социальной жизни»

5-9 классы

Алтынай 2025

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

Адаптированная рабочая программа адресована обучающимся с нарушениями интеллекта с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана.

Адаптированная рабочая программа определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- развитие коммуникативной функции речи.

**Цель программы:** подготовка обучающихся с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

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

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

### Общая характеристика учебного предмета

Адаптированная рабочая 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. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

На занятиях по предмету «Основы социальной жизни» следует уделять внимание обогащению словарного запаса, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения. На занятиях используются все виды наглядности: натуральная (посуда, одежда, игрушки и др.); образная (рисунки, плакаты, картины); символическая (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); графическая (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); схематическая (схема линий метро, пассажирского транспорта).

На изучение предмета «Основы социальной жизни» отводится:

5класс -2часа в неделю-68часов;

6класс -2часа в неделю-68часов;

7класс -2часа в неделю-68часов;

8 класс -2 час в неделю -68часов;

9 класс -2 часа в неделю -68часов.

Программа по основам социальной жизни, определяет содержание предмета и последовательность его прохождения по годам, учитывает особенности познавательной деятельности обучающихся по программе коррекционной школы. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации и профессионального самоопределения. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

## **Личностные и предметные результаты**

### **5 класс**

#### **Личностные:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- овладение элементарными социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение начальными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

#### **Предметные:**

Минимальный уровень:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;

- иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

Достаточный уровень:

- знать способы хранения и переработки продуктов питания;
- составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;
- иметь представления о морально-этических нормах поведения.

## **6 класс**

### **Личностные:**

- овладение начальными трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками на уроках ОСЖ;
- сформированность установки на бережное отношение к материальным ценностям;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств.

### **Предметные:**

#### Минимальный уровень:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать, из чего состоит пища;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;
- различать виды медицинской помощи;
- иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- знать названия торговых организаций, их виды и назначения;
- совершать покупки различных товаров под руководством взрослого;
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- классифицировать продукты питания по содержанию в них различных веществ;
- соблюдать санитарно-гигиенические правила при приготовлении пищи;
- уметь самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;

- уметь самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- уметь пользоваться бытовой техникой (посудомоечная машина, тостер, кухонный комбайн, электрический чайник, варочная панель);
- уметь выполнять последовательность утреннего и вечернего туалета;
- классифицировать личные и общие предметы личной гигиены;
- классифицировать виды жилых помещений в городе и селе;
- описывать способ передвижения в школу и обратно;
- знать образовательные учреждения нашего города;
- осознавать необходимость соблюдения режима дня для сохранения здоровья;
- знать место работы родителей и ближайших родственников;
- уметь оказать первую помощь при порезах.

## **7 класс**

### **Личностные:**

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

### **Предметные:**

#### 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 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 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).

## **8 классе**

### **Личностные:**

- осознание себя как гражданина России;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.

### **Предметные:**

#### Минимальный уровень:

- 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 названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- 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.

## **9 класс**

### **Личностные:**

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

### **Предметные:**

#### Минимальный уровень:

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

#### Достаточный уровень:

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- 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**

#### **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 распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

*Обувь.* Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная 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.

### Тематическое планирование 5 класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Вводное занятие(1ч.)</b>		
1	Знакомство с новым предметом.	1
<b>Личная гигиена(6ч.)</b>		
2	Личная гигиена. Правила личной гигиены. Предметы личной	1

	гигиены.	
3	Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета	1
4	Правила ухода за кожей рук, ног и ногтями.	1
5	Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами.	1
6	Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач.	1
7	Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.	1
<b>Одежда и обувь(9ч.)</b>		
8	Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой.	1
9	Практическое занятие «Ухода за одеждой»	1
10	Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью.	1
11	Практическое занятие « Уход за кожаной обувью»	1
12	Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти.	1
13	Практическое занятие « Уход за обувью из замши, текстиля, шерсти»	1
14	Правила подготовки обуви к хранению посезонно.	1
15	Повторение по изученному материалу.	1
16	Практическая работа по разделам« Личная гигиена», «Одежда и обувь»	1
<b>Питание ( 13 ч.)</b>		
17	Продукты питания. Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека	1
18	Место и условия приготовления пищи	1
19	Мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения	1
20	Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними.	1
21	Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов.	1
22	Приготовление завтрака. Бутерброды. Техника безопасности при работе с ножом.	1
23	Приготовление завтрака. Яйцо. Блюда из яиц. Инструктаж по	1

	технике безопасности с электрической плитой.	
24	Приготовление завтрака. Яйцо. Блюда из яиц. Яйца отварные. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой	1
25	Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом. Форма нарезки овощей.	1
26	Приготовление салата из овощей.	1
27	Заваривание чая. Инструктаж по технике безопасности с электрическим чайником	1
28	Приготовление винегрета	1
29	Сервировка стола к завтраку	1
<b>Культура поведения(5ч.)</b>		
30	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя	1
31	Разговор со старшими и сверстниками. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании	1
32	Правила поведения в общественных местах (библиотека, музей, кинотеатр, школа)	1
33	Правила поведения за столом, в столовой	1
34	Практическая работа по разделам « Питание», «Культура поведения»	1
<b>Жилище(4ч.)</b>		
35	Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды отопления в городе и селе	1
36	Виды жилья «государственное», «собственное. Варианты квартир. Названия комнат по назначению.	1
37	Почтовый адрес дома и школы.	1
38	Практическая работа по разделу «Жилище»	1
<b>Транспорт(8ч.)</b>		
39	Виды транспортных средств.	1
40	Маршрут следования в образовательное учреждение и обратно(маршруты, виды транспорта)	1
41	Поведение в транспорте, поведение на улице	1
42	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения	1

43	Знакомство со знаками дорожного движения в городе. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсии.	1
44	Правила поведения на остановке и в общественном транспорте.	1
45	Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта. Правила поведения в общественном транспорте	1
46	Проверочная работа по разделу «Транспорт»	1
<b>Торговля (5ч.)</b>		
47	Основные виды магазинов.	1
48	Виды отделов в продовольственных магазинах.	1
49	Специализированные магазины.	1
50	Виды товаров, их стоимость.	1
51	Правила поведения в магазине.	1
52	Порядок покупки товара.	1
53	Практическая работа по разделу «Торговля»	1
<b>Семья(5ч.)</b>		
54	Что такое семья?	1
55	Родственные отношения в семье.	1
56	Взаимоотношения между членами семьи.	1
57	Взаимопомощь в семье.	1
58	Взаимопомощь в семье.	1
<b>Повторение и контроль изученного материала(10ч.)</b>		
59	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»	1
60	Повторение изученного материала по разделу «Одежда и обувь»	1
61	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1
62	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Жилище»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»	1
65	Повторение изученного материала по разделу «Торговля»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Семья»	1
67	Итоговая промежуточная аттестация	1
68	Обобщающий урок	1

**бкласс**

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Личная гигиена(5ч.)</b>		
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1
2	Входной контроль.	1
3	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания.	1
4	Личная гигиена подростка. Уход за руками. Уход за ногами.	1
5	Уход за руками (мытьё рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук)	1
<b>Одежда и обувь(7ч.)</b>		
6	Значение опрятного вида человека. Поддержка одежды и обуви в чистоте и порядке.	1
7	Мелкий ремонт одежды. Правила пришивания пуговиц, зашивание распорвшегося шва. Техника безопасности при работе с иглой и ножницами	1
8	Практическая работа «Пришивания пуговиц, зашивание распорвшегося шва»	1
9	Правила и приёмы ручной стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Техника безопасности при работе с моющими средствами	1
10	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Инструктаж по технике безопасности при работе с моющими средствами	1
11	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом	1
12	Практическая работа. Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Инструктаж по технике безопасности при работе с утюгом.	1
<b>Семья(2ч.)</b>		
13	Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи	1
14	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.	1
15	Права и обязанности каждого члена семьи.	1
16	Практическая работа по разделу «Семья»	1
<b>Транспорт (5ч.)</b>		



17	Основные транспортные средства	1
18	Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта. Правила поведения в общественном транспорте	1
19	Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки села и в ближайшие населённые пункты	1
20	Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий Знакомство с остановками, знаками дорожного движения, установленными в селе.	1
21	Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах транспорта. Правила поведения в общественном транспорте	1
<b>Культура поведения (2ч.)</b>		
22	Правила поведения в общественных местах (кинотеатр, театр, музей, библиотека )	1
23	Правила безопасного поведения при посещении массовых мероприятий. Инструктаж по ТБ при посещении массовых мероприятий.	1
<b>Средства связи (5ч.)</b>		
24	Основные средства связи (почта, телефон, интернет)	1
25	Почта. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы)	1
26	Виды писем (простые, заказные, международные письма). Порядок отправки писем. Стоимость пересылки.	1
27	Практическая работа. Написание адреса, и индекса на конвертах	1
28	Виртуальная экскурсия на почту.	1
<b>Жилище(10ч.)</b>		
29	Виды жилых помещений. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	10
30	Основные правила организации рабочего места школьника.	1
31	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Пылесос. Устройство. Инструктаж по ТБ при работе с пылесосом	1
32	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения.	1
33	Уборка помещения с помощью пылесоса. Инструктаж по технике безопасности с электрическими приборами	1
34	Уход за полом в зависимости от его покрытия. Средства по уходу	1

	за полом. Техника безопасности при использовании моющих средств	
35	Практическая работа. Уход за полом в зависимости от его покрытия. Средства по уходу за полом. Техника безопасности при использовании моющих средств	1
36	Комнатные растения. Их назначение.	1
37	Практическая работа: уход за комнатными растениями	1
38	Виды жилых помещений. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1
<b>Питание (11ч.)</b>		
39	Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи	1
40	Способы выбора доброкачественных продуктов. Определение срока годности. Замораживание и размораживание продуктов и готовой пищи	1
41	Кухонные приборы. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами.	1
42	Ужин. Виды блюд	1
43	Практическая работа. Приготовление блюд из круп. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	1
44	Практическая работа. Приготовление блюд из макаронных изделий. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	10
45	Практическая работа. Приготовление блюд из молока и молочных продуктов. Запеканка. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	1
46	Приготовление блюд из картофеля. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	1
47	Оформление готовых блюд.	1
48	Ужин. Сервировка стола к ужину.	1
<b>Торговля(5ч.)</b>		
49	Продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1
50	Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1

51	Правила поведения в магазине.	1
52	Порядок приобретения товара. Оплата. Хранение чека для возможности обмена товара. Гарантия товара.	1
53	Виртуальная экскурсия в магазин.	1
<b>Медицинская помощь(6ч.)</b>		
54	Виды медицинских учреждений и их назначение.	1
55	Работники медицинских учреждений.	1
56	Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	1
57	Вызов «скорой помощи», врача на дом.	1
58	Применение лекарств. Изучение инструкций	1
59	Виртуальная экскурсия в аптеку.	1
<b>Учреждения и организации</b>		
60	Дошкольные и школьные учреждение и их назначение.	1
61	Учреждения дополнительного образования.	1
62	Виртуальная экскурсия в учреждения дополнительного образования.	1
<b>Повторение и контроль изученного материала</b>		
63	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена», «Одежда и обувь»	1
64	Повторение изученного материала по разделу « Семья», «Медицинская помощь»	1
65	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт», «Культура поведения», « Средства связи»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Жилище», «Питание»	1
67	Повторение изученного материала по разделу «Торговля», « Учреждение и организации»	1
68	Итоговая промежуточная аттестация.	1

#### 7класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Личная гигиена(4ч.)</b>		

1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1
2	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	1
3	Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1
4	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой. Гигиена одежды, нательного и постельного белья	1
<b>Одежда и обувь(7ч.)</b>		
5	Мелкий ремонт одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Техника безопасности при работе с иглой и ножницами	1
6	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Стирка белья с помощью стиральной машины	1
7	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих средств.	1
8	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Инструктаж по технике безопасности при работе с электрическим утюгом	1
9	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
10	Виртуальная экскурсия в химчистку	1
11	Практическая работа по разделу « Одежда и обувь»	1
<b>Семья(5ч.)</b>		
12	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	1
13	Практическая работа Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста	1
14	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.	1
15	Повторение изученного материала по разделам « Одежда и обувь», « Семья»	1
16	Контрольная работа по разделам « Семья».	1
<b>Транспорт (5ч.)</b>		
17	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов	1
18	Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1

19	Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1
20	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов.	1
21	Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1
<b>Культура поведения (4ч.)</b>		
22	Правила приема приглашения в гости. Практическая работа Оформление приглашения на день рождения.	1
23	Подготовка к походу в гости. Правила поведения в гостях.	1
24	Подарки. Правила поведения при вручении и принятии подарка	1
25	Практическая работа Подарки. Изготовление несложных сувениров.	1
<b>Средства связи (6ч.)</b>		
26	Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	1
27	Практическая работа. Заполнение бланков отправления бандеролей	1
28	Экскурсия в почтовое отделение. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
29	Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	1
30	Виртуальная экскурсия на почту.	1
31	Практическая работа по разделу «Средства связи»	1
<b>Жилище(6ч.)</b>		
32	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры, дома к зиме, к лету	1
33	Практическая работа. Уборка комнаты. Мытье зеркал. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами	1
34	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
35	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.)	1
36	Практическая работа: Уход за мебелью. Инструктаж по технике	1

	безопасности с моющими средствами	
37	Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при нахождении животных в доме.	1
<b>Питание (11ч.)</b>		
38	Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда	1
39	Инструктаж по технике безопасности с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты первых блюд. Щи из свежей капусты.	1
40	Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты вторых блюд. Овощное рагу.	1
41	Использование механических и электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Техника безопасности при работе с электроприборами	1
42	Рецепты вторых блюд из рыбных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	1
43	Рецепты вторых блюд из мясных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	1
44	Рецепты третьих блюд. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом	1
45	Оформление готовых блюд.	1
46	Сервировка стола к обеду	1
47	Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда	1
48	Ужин. Сервировка стола к ужину.	1
<b>Торговля(5ч.)</b>		
49	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов	
50	Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1
51	Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров.	1
52	Виртуальная экскурсия в промтоварный магазин. Инструктаж по	1

	технике безопасности во время экскурсий	
53	Практическая работа по разделу «Торговля»	1
<b>Медицинская помощь(4ч.)</b>		
54	Домашняя аптечка. Термометр	1
55	Лекарственные растения. О вреде самолечения	1
56	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, ушибах, переломах.	1
57	Практическая работа. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность	1
<b>Учреждения и организации(3ч.)</b>		
58	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты Сухоложского района.	1
59	Виды выпускаемой продукции. Название рабочих специальностей.	1
60	Виртуальная экскурсия на промышленное предприятие.	1
<b>Повторение и контроль изученного материала(8ч.)</b>		
61	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена», «Одежда и обувь»	1
62	Повторение изученного материала по разделу « Семья»,	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»,	1
65	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения», « Средства связи»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Жилище», «Питание»	1
67	Повторение изученного материала по разделу «Торговля», « Учреждение и организации»	1
68	Итоговая промежуточная аттестация.	1

#### 8класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Личная гигиена(4ч.)</b>		
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	Уход за кожей лица. Использование лосьона, нанесение крема.	1
<b>Одежда и обувь(6ч.)</b>		
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	Прачечная. Виды услуг. Правила пользования. Прачечная самообслуживания. Заполнение бланков для сдачи белья. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку	1
8	Утюжка блузок рубашек, платьев. Инструктаж по технике безопасности работы с утюгом	1
9	Виртуальная экскурсия в прачечную	1
10	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	1
<b>Семья(6ч.)</b>		
11	Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребёнком.	1
	Одевание и пеленание ребенка	
12	Практическая работа. Одевание и пеленание ребенка	1
13	Купания грудного ребенка	1
14	Практическая работа. Правила купания ребенка	1
15	Кормление грудного ребенка.	1
16	Правила содержания детской посуды и игрушек	1
<b>Транспорт (3ч.)</b>		
17	Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	1
18	Водный транспорт. Порт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда	1
19	Виртуальная экскурсия на автобусную станцию.	1
<b>Культура поведения (2ч.)</b>		



20	Культура общения юноши и девушки.	1
21	Внешний вид.	1
<b>Средства связи (2ч.)</b>		
22	Телефон. Телефонный справочник	1
23	Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи.	1
<b>Жилище</b>		
24	Моющие средства для уборки. Печатные инструкции к моющим средствам. Уборка кухни, санузла, ванны.	1
25	Чистка раковин Инструктаж по технике безопасности при использовании чистящих средств	1
26	Уборка кухни. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих и чистящих средств	1
<b>Питание (9ч.)</b>		
27	Виды теста	1
28	Тесто пресное. Приготовление теста для блинов Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
29	Тесто дрожжевое. Приготовление дрожжевого теста. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
30	Приготовление пиццы. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Техника безопасности при работе с ножом.	1
31	Контрольная работа за 2 четверть.	1
32	Песочное тесто. Практическая работа Выпечка печенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
33	Заготовка продуктов впрок. Квашение, соление овощей, варенье	1
34	Квашение капусты. Техника безопасности при работе с ножом	1
35	Варка варенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	1
<b>Торговля(3ч.)</b>		
36	Специализированные магазины	1
37	Стоимость основных промышленных товаров. Практическая работа. Упражнения в подсчёте стоимости покупок	1

38	Экскурсия в один из специализированных магазинов. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
<b>Медицинская помощь(5ч.)</b>		
39	Ожоги. Первая помощь при ожогах.	1
40	Первая помощь при обмороживании	1
41	Отравления. Первая помощь при отравлениях.	1
42	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. Первая помощь утопающему	1
43	Глистные заболевания и меры их предупреждения	1
<b>Учреждения и организации(2ч.)</b>		
44	Департамент. Муниципалитет, префектура. Их назначение.	1
45	Виртуальная экскурсия в одну из организаций.	1
<b>Экономика домашнего хозяйства</b>		
46	Бюджет семьи.	1
47	Доходы и расходы	1
48	Основные статьи расходов семьи.	1
49	Планирование расходов. Правила экономии	
50	Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной энергии. Оплата коммунальных услуг через сбербанк онлайн	1
51	Упражнения в планировании крупных покупок	
52	Упражнения в планировании крупных покупок	1
53	Повторительно-обобщающий урок.	1
<b>Повторение и контроль изученного материала(8ч.)</b>		
54	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»,	1
55	Повторение изученного материала по разделу «Одежда и обувь»	1
56	Повторение изученного материала по разделу « Семья»,	1
57	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	1
58	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»,	1
59	Повторение изученного материала по разделу «Культура	1

	поведения»,	
60	Повторение изученного материала по разделу « Средства связи»	1
61	Повторение изученного материала по разделу «Жилище»,	1
62	Повторение изученного материала по разделу	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Торговля»,	1
65	Повторение изученного материала по разделу « Учреждение и организации»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства»	1
67	Итоговая промежуточная аттестация.	1
68	Обобщающий урок.	1

### 9класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Личная гигиена(3ч.)</b>		
1	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1
2	Входной контроль.	1
3	Средства и способы укрепления здоровья. Значение физических упражнений: в здоровом теле – здоровый дух.	1
<b>Одежда и обувь(5ч.)</b>		
4	Стиль одежды. Мода. Обновление одежды.	1
5	Выбор одежды и обуви при покупке.	1
6	Практическая работа. Определение своего размера.	1
7	Правила и способы выведение мелких пятен на одежде в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	1
8	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	1
<b>Семья(3ч.)</b>		
9	Российская семья. Условия для создания семьи.	1
10	Закон Российской Федерации о браке и семье	1

11	Семейные отношения. Семейные традиции	1
<b>Транспорт</b>		
12	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	1
13	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	1
14	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	1
15	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	
16	Обобщающий урок по разделам транспорт, семья.	1
<b>Культура поведения (4ч.)</b>		
17	Поведение в обществе. Взаимоотношения с соседями. Правила общежития.	1
18	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми	1
19	Культура общения юноши и девушки.	1
20	Внешний вид.	1
<b>Средства связи (3ч.)</b>		
21	Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, интернет, телефон с определителем. Особенности каждого вида связи и их значимость. Необходимость в современных условиях жизни общества.	1
22	Виды денежных переводов. Стоимость отправки	1
23	Заполнение бланков денежных переводов	1
<b>Жилище(3ч.)</b>		
24	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	1
25	Сохранение жилищного фонда	1
26	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	1
<b>Питание (ч.)</b>		
27	Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд.	1
28	Приготовление диетического блюда Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой	1
29	Питание детей ясельного возраста	1
30	Приготовление блюда для детей ясельного возраста	1

31	Национальные блюда	1
32	Национальные блюда	1
33	Приготовление национальных блюд	1
34	Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола	1
<b>Торговля(3ч.)</b>		
35	Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов. Значение ярмарок	1
36	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания, продовольственными товарами и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка, цена на отдельные товары. Проверочный тест	1
37	Виртуальная экскурсия на рынок. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий.	1
<b>Медицинская помощь(5ч.)</b>		
38	Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний	1
39	Уход за больным.	1
40	Сюжетная игра – «Больной в доме».	1
41	Применение лекарств. Чтение инструкций	1
42	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1
<b>Учреждения и организации(3ч.)</b>		
43	Предприятия бытового обслуживания населения. Их назначение	1
44	Виды услуг	1
45	Виртуальная экскурсия. Деятельность предприятия. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
<b>Экономика домашнего хозяйства(8ч.)</b>		
46	Бюджет семьи. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы	1
47	Экономия в домашнем хозяйстве	1
48	Сбербанк. Кредит.	1
49	Государственное страхование.	

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

### **Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

#### **При устном опросе:**

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

-Оценка «4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно,

или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

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

-Оценка «2» ставится в том случае, если обучающийся: не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов; имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов; не умеет использовать средства наглядности; при ответе допускает ошибки, которые не может исправить даже при помощи учителя; допустил больше ошибок, чем необходимо для оценки 3.

#### **При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:**

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

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

- Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%- 50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности. 13

-Оценка «2» ставится, если допущены существенные ошибки, показавшие, что обучающийся не владеет обязательными умениями по данной теме в полной мере (незнание основного программного материала).

#### **Критерии оценки знаний и умений на уроках основы социальной жизни за выполнение практической работы.**

«5» - ставится за безошибочную выполненную работу, выполненную в соответствии с планом, инструкционной и технологической картой, за отведённое время.

«4» - ставится за работу, выполненную качественно с незначительными нарушениями. Нарушен порядок работы по инструкции или плану.

«3» - ставится за работу, выполненную с нарушениями.

- значительные нарушения выполнения последовательности плана работы или порядка работы по инструкции.

- выполнение работы с ошибками.

«2» - ставится за невыполненную работу.

#### **Критерии оценивания тестовых заданий**

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

- «4» - правильное выполнение 70 - 89% заданий теста
- «3» - правильное выполнение 50 - 69% заданий теста
- «2» - правильное выполнение менее 50 % заданий теста

### **Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности**

#### **Технические средства обучения.**

Компьютер.  
Мультимедийный проектор

#### **Учебно-методическое обеспечение**

С.В. Комарова, Е.В. Александрова: Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие. 5 класс. Для специальных (коррекц.) школ VIII вида



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097593

Владелец Шевченко Мария Владимировна

Действителен с 11.04.2025 по 11.04.2026