

Подписано цифровой подписью:
Манишина Наталья Геннадьевна
Дата: 2022.08.31 12:39:18 +05'00'

Приложение №9 к АООП образования
обучающихся с легкой умственной
отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) (вариант 1) МБОУ СОШ
№90

**Адаптированная рабочая программа по учебному предмету
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
5-9 КЛАССА**

Пояснительная записка

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

Задачи:

- овладение учащимися 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.

Общая характеристика предмета

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

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений.

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

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

Место курса в учебном плане

Предмет «Основы социальной жизни» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество».

В учебном плане предмет представлен в 8 и 9 классах. В системе коррекционно-развивающих занятий также возможно использование элементов музыкального воспитания в дополнительной индивидуальной работе с обучающимися.

На изучение предмета выделяется 272 часа с 5-9 класс.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни».

Личностными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;

- уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;
- уважительное отношение к чужому мнению;
- понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;
- умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Предметными результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов;
- умение заваривания чая;
- сервировка стола к завтраку.

Основное содержание предмета «Основы социальной жизни».

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 выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при использовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

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

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

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

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

Питание

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

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

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

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

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

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

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

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

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

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и

самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

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

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, 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. 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 по предмету «Основы социальной жизни»
5 КЛАСС**

№	Тема	Кол-во часов
1	Утренний и вечерний туалет	2
2	Предметы и средства личной гигиены	2
3	Гигиена тела	2
4	Вредные привычки и способы их предотвращения их появления	2
5	Виды одежды	2
6	Уход за одеждой	2
7	Виды обуви	2
8	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила	2
9	Виды головных уборов и их назначение	2
10	Первая помощь	3
11	Значение питания в жизни человека	3
12	Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания	2
13	Гигиена приготовления пищи	2
14	Приготовление пищи	2
15	Чай и кофе, их виды	2
16	Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда, виды, значение	2
17	Завтрак. Сервировка стола.	2
18	Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки	2
19	Приготовление каши	2
20	Приготовление бутербродов	2
21	Блюда из яиц.	2
22	Городской транспорт, виды	2
23	Поведение в городском транспорте	2
24	Оплата проезда на всех видах городского транспорта	2
25	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и в сельской местности.	2
26	Виды жилья. Почтовый адрес дома, школы	2

27	Коммунальные удобства в городе в городе и сельской местности	2
28	Почта, назначение и особенности использования	2
29	Телефон, назначение и особенности использования	2
30	Телевидение. Радио, назначение и особенности использования	2
31	Компьютер, назначение и особенности использования	2
32	Родственные отношения в семье.	2
33	Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения	2

6 КЛАСС

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	2
2	Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержки здоровья человека	2
3	Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук, приемы обрезания ногтей на руках.	2
4	Косметические средства для ухода кожей рук. Косметические средства для ухода кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.	2
5	Гигиенические требования к использованию личного белья.	2
6	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели.	2
7	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	2
8	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	2
9	Виды доврачебной помощи.	2
10	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	2
11	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.	2
12	Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах.	2
13	Комнатные растения.	2
14	Домашние животные.	2
15	Содержание животных.	2
16	Планировка жилища. Виды жилых комнат	2
17	Виды жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	2
18	Кухня. Нагревательные приборы на кухне.	2
19	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.	2
20	Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье. Правила ухода и хранения	2
21	Особенности разных видов одежды.	2
22	Роль одежды и головных уборов для здоровья.	2
23	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	2
24	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	2

25	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды, блузок и рубашек.	2
26	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва.	2
27	Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта.	2
28	Пригородный транспорт. Виды пригородного транспорта: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. расписание	2
	Предприятия, организации, учреждения	2
29	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения.	2
30	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	2
31	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	2
32	Место работы членов семьи, должность, профессии.	2
33	Взаимоотношения между родственниками.	2
34	Помощь старших младшим: домашние обязанности	2

7 КЛАСС

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Особенности разных видов одежды.	1
2	Головные уборы: виды и назначение.	1
3	Роль одежды и головных уборов для здоровья.	1
4	Уход за одеждой	1
5	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.	1
6	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	1
7	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды, блузок и рубашек.	1
8	Выведение пятен в домашних условиях.	1
9	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва.	1
10	Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.	1
11	Предприятия бытового обслуживания.	1
12	Виды услуг.	1
13	Правила приема изделий и выдачи изделий.	1
14	Выбор и покупка одежды.	1
15	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	1
16	Магазины по продаже одежды.	1
17	Правила возврата или обмена купленного товара.	1
18	Гарантийные сроки носки одежды.	1
19	Обувь. Виды обуви в зависимости от времени года	1
20	Назначение, виды материалов для обуви.	1
21	Магазины по продаже различных видов обуви.	1
22	Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.	1

23	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила.	1
24	Виды кремов для чистки обуви; их назначение.	1
25	Правила ухода за обувью из различных материалов.	1
26	Ремонт обуви. Виды услуг.	1
27	Обувь и здоровье человека.	1
28	Организация питания семьи.	1
29	Значение питания в жизни и деятельности людей.	1
30	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1
31	Приготовление пищи.	1
32	Гигиена приготовления пищи.	2
33	Виды продуктов питания.	1
34	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.	1
35	Хлеб и хлебобулочные изделия.	1
36	Правила хранения хлебобулочных изделий.	1
37	Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	1
38	Мясо и мясопродукты.	1
39	Размораживание мяса с помощью микроволновой.	1
40	Глубокая заморозка мяса.	1
41	Яйца, жиры.	1
42	Виды жиров растительного и животного происхождения.	1
43	Виды растительного масла.	1
44	Правила хранения яиц и жиров.	1
45	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.	1
46	Первичная обработка овощей, плодов, ягод, грибов.	1
47	Свежие и замороженные продукты.	1
48	Мука и крупы. Виды муки.	1
49	Виды круп.	1
50	Правила хранения муки и круп.	1
51	Соль, сахар, пряности и приправы.	1
52	Соль и ее значение для питания. Сахар: его польза и вред.	1
53	Чай и кофе. Виды чая и кофе.	1
54	Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	1
55	Магазины по продаже продуктов питания.	1
56	Рынки.	1
57	Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	1
58	Завтрак. Блюда для завтрака.	1
59	Составление меню для завтрака. Сервировка стола.	1
60	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	1
61	Составление меню для обеда.	2
62	Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.	1
63	Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.	1
64	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	1
65	Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина.	1
66	Домашние заготовки.	1

8 КЛАСС

№	Тема	Кол-во часов
---	------	--------------

1	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	2
2	Гигиена зрения.	2
3	Особенности соблюдения личной гигиены подростком.	2
4	Виды медицинской помощи. Виды доврачебной помощи.	2
5	Первая помощь.	2
6	Виды врачебной помощи на дому.	2
7	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	2
8	Общее представление о доме.	2
9	Кухня.	2
10	Санузел и ванная комната.	2
11	Электробытовые приборы в ванной комнате.	2
12	Уход за жилищем.	2
13	Насекомые и грызуны в доме.	2
14	Одежда. Значение опрятного вида человека.	2
15	Уход за одеждой.	2
16	Предприятия бытового обслуживания.	2
17	Выбор и покупка одежды. Магазины по продаже одежды.	2
18	Обувь. Уход за обувью.	2
19	Предприятия бытового обслуживания.	2
20	Обувь и здоровье человека.	2
21	Организация питания семьи.	2
22	Приготовление пищи.	2
23	Магазины по продаже продуктов питания. Рынки.	2
24	Прием пищи.	2
25	Городской транспорт. Пригородный транспорт.	2
26	Междугородний железнодорожный транспорт. Междугородний автотранспорт. Водный транспорт.	2
27	Основные средства связи. Почта. Телефонная связь.	2
28	Денежные переводы.	2
29	Образовательные учреждения.	2
30	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.	2
31	Исполнительные органы государственной власти.	2
32	Родственные отношения в семье.	2
33	Семейный досуг.	2
34	Отдых.	2

9 КЛАСС

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Виды и значение транспорта.	1
2	Городской транспорт.	1
3	Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1
4	Правила поведения в городском транспорте.	1
5	Проезд из дома в школу.	1
6	Пригородный транспорт.	1
7	Виды пригородного транспорта: автобусы пригородного сообщения, электрички	1
8	Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки	1

	населенного пункта.	
9	Междугородний железнодорожный транспорт.	1
10	Вокзалы: назначение, основные службы.	1
11	Платформа, перрон, путь.	1
12	Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	1
13	Расписание поездов.	1
14	Виды пассажирских вагонов.	1
15	Междугородний автотранспорт.	1
16	Автовокзал, его назначение.	1
17	Основные автобусные маршруты.	1
18	Водный транспорт.	1
19	Пристань. Порт.	1
21	Основные средства связи.	1
22	Назначение, особенности использования средств связи.	1
23	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России».	1
24	Виды почтовых отправлений.	1
25	Письма.	1
26	Виды писем.	1
27	Порядок отправления писем различного вида.	1
28	Бандероли. Виды бандеролей.	1
29	Посылки.	1
30	Телефонная связь.	1
31	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	1
32	Культура разговора по телефону.	1
33	Правила оплаты различных видов телефонной связи.	1
34	Сотовые компании, тарифы.	1
35	Интернет-связь	1
36	Электронная почта. Создание электронной почты.	1
37	Видео-связь (скайп).	1
38	Особенности, значение в современной жизни интернета.	1
39	Денежные переводы.	1
40	Повторение по теме «Средства связи»	1
41	Образовательные учреждения.	1
42	Дошкольные образовательные учреждения.	1
43	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1
44	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1
45	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	1
46	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.	1
47	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	1
48	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	1
49	Исполнительные органы государственной власти.	1
50	Исполнительные органы государственной власти нашего поселка.	1
51	Исполнительные органы государственной власти нашего района.	1

52	Муниципальные власти. Структура, назначение.	1
54	Повторение по теме «Предприятия, организации, учреждения».	1
55	Родственные отношения в семье. Состав семьи.	1
56	Место работы членов семьи, должности, профессии.	1
57	Распределение обязанностей в семье.	1
58	Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1
59	Семейный досуг. Виды досуга.	1
60	Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	1
61	Досуг как источник получения новых знаний.	1
62	Досуг как средство укрепления здоровья.	1
63	Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби).	1
64	Отдых. Отдых и его разновидности.	1
65	Необходимость разумной смены работы и отдыха.	1
66	Бюджет семьи.	1
67	Виды и источники дохода.	1
68	Экономика домашнего хозяйства.	1

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Технические средства обучения

1. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.

2. Карточки с заданиями, перфокарты.

3. Раздаточный материал.

4. Дидактический материал.

5. Презентации.

Компьютерные технологии

1. Компьютер.