

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Департамент образования Вологодской области**  
**Комитет по образованию администрации Вологодского**  
**муниципального округа**  
**МБОУ ВМО "Федотовская средняя школа"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО:

\_\_\_\_\_  
Протокол № 1 от  
«29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заседание педагогического  
совета

Протокол № 1 от  
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ ВМО  
«Федотовская средняя  
школа» Баранова И.В.

\_\_\_\_\_  
Приказ № 204-ОД от  
«30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочного курса для детей с интеллектуальными нарушениями  
**ПО ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ**  
для 5-9 классов основного общего образования  
на 2024-2025 учебный год

Составитель:  
Богатырева Марина Николаевна,  
учитель коррекционных классов

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями;
  - Адаптированной основной образовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями МБОУ ВМО «Федотовская средняя школа»
  - Учебного плана МБОУ ВМО «Федотовская средняя школа» на 2024-2025 учебный год
- Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

### **Актуальность предмета «Основы социальной жизни»**

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для коррекционной школы, а особенно остро она стоит перед учителем основ социальной жизни, который на своих уроках решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит обучающихся к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях. «Основы социальной жизни» — это предмет, непосредственно обеспечивающий формирование у детей с интеллектуальной недостаточностью практических жизненных компетенций.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

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

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.

Для обеспечения целенаправленного личностного развития обучающихся, подготовки их к самостоятельной жизни, программа предполагает интегрированный подход к формированию личностных качеств, комплексную поддержку обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, реализуемые с учетом их возрастных и специфических особенностей и возможностей, по следующим разделам:

1. Забота о себе
2. Домоводство
3. О вкусной и здоровой пище
4. Мир полезных устройств и машин
5. Семья

Данный учебный предмет входит в обязательную часть образовательного процесса, раздел «Человек и общество», предмет «Основы социальной жизни» и рассчитан на **68 часа** (5-9 классы) – **2 часа в неделю**.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в практической подготовке обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдалённом социуме; дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции.

### **Задачи:**

- 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.

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначение кабинета, правила поведения в кабинете. Эта программа направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье.

После вводного занятия по программе следуют разделы «Личная гигиена». Изучение этой темы не вызывает трудностей. «Питание» - является одним из наиболее любимых разделов всей программы. Раздел содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание нужно уделять изучению правил техники безопасности. Нарезка бутербродов и овощей для салата требует правильного обращения с кухонным ножом. Также важно соблюдение санитарно-гигиенических правил. При сервировке стола надо обращать внимание не только на последовательность работы, но и на эстетическую сторону.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию;

Строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии.

Следующие разделы «Забота о себе», «Домоводство», «Семья» - эти темы несложные для изучения, однако определенную трудность представляет выполнение практического задания.

Тематика разделов программы «Мир полезных устройств и машин» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения. Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Большое внимание на занятиях по основам социальной жизни отводится эстетическому воспитанию обучающихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие **методы** урока: словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой; наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;  
практические: карточки, тесты.

Основными **формами** обучения являются практические работы, интерактивные экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

## ЛИЧНОСТНЫЕ и ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

*Личностными* результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

- формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Выделяются два уровня овладения предметными результатами:

- минимальный - является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью;
- достаточный - не является обязательным для всех обучающихся.

### 5 КЛАСС

#### **Минимальный уровень:**

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- представления о некоторых группах продуктов питания;
- приготовление несложных видов блюд под руководством взрослого;
- представления о различных видах средств связи, использование под руководством взрослого доступных средств связи для решения практических задач;
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах; соблюдение правил поведения в транспорте.

#### **Достаточный уровень:**

- соблюдение правил личной гигиены, в том числе по уходу за полостью рта, кожей рук и ног;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.);
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

### 6 КЛАСС

#### **Минимальный уровень:**

- представления о продуктах питания, относящихся к отдельным группам (хлеб, хлебобулочные изделия, специи, приправы, чай, кофе, яйца), понимание их значения для здоровья человека;
- приготовление под руководством учителя несложных видов блюд для завтрака;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- соблюдение изученных правил ухода за одеждой в повседневной жизни;
- знание названий некоторых предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- знание названий некоторых торговых организаций и их назначения;
- соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, социально-досуговых учреждениях).

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания (хлеб, хлебобулочные изделия, крупы, яйца, чай, кофе, приправы, специи);
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд на завтрак;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- представления о морально-этических нормах поведения;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытьё посуды);
- пользование средствами связи для решения практических житейских задач.

## **7 КЛАСС**

### **Минимальный уровень.**

- правила личной гигиены юноши и девушки;
- правила пользования моющими средствами и электроутюгом;
- правила поведения в гостях;
- правила уборки жилого помещения.
- правильно ухаживать за лицом и волосами;
- стирать и гладить изделия, соблюдая технику безопасности;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования и технику безопасности при приготовлении пищи;
- ухаживать за младшими детьми;
- правильно вести себя при встрече и расставании;
- убирать жилое помещение.

### **Достаточный уровень.**

- правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при ремонте одежды, стирке и глажении изделий;
- правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытия;
- способы ухода за окнами;
- правила оказания первой помощи.
- определить тип кожи и волос;
- ремонтировать разорванные места одежды, накладыванием заплат;
- пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, тёркой и др.;
- вручать и принимать подарки.
- утеплять и мыть окна;
- ухаживать за мебелью в зависимости от её покрытия, используя бытовые химические средства;
- приобретать товары с учетом их необходимости и финансовыми возможностями;
- обрабатывать раны, накладывать повязки.

## **8 класс**

### **Минимальный уровень:**

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

### **Достаточный уровень:**

- уметь самостоятельно и без рецепта готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- самостоятельно определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- ежедневно без напоминания взрослых правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- самостоятельно и правильно стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- самостоятельно аккуратно купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- мыть кафельные стены, чистить раковины.
- покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.
- кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

## **9 класс**

### **Минимальный уровень:**

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

### **Достаточный уровень:**

- подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребёнка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать

правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

- обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Предмет «Основы социальной жизни» в 5-9 классах ориентирован на достижение следующих **базовых учебных действий**:

***Личностные:***

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

***Регулятивные:***

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

***Познавательные:***

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

***Коммуникативные:***

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

## СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

### 5 КЛАСС

#### **«Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека».**

*Утренний и вечерний туалет:* содержание, значение, правила и приёмы выполнения. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щётка, мочалка, расчёска, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

*Гигиена тела.* Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приёмы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах.

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

*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приёмы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотра телепередач, работы с компьютером.

Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.

**Общее представление о доме.** Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес.

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

*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. Ежедневная уборка.

*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. Значение одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.

#### **«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 приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.

*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.

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

**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.

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

**Общественный транспорт.** Виды общественного транспорта. Оплата проезда на всех видах общественного транспорта. Правила поведения в общественном транспорте.

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

**Родственные отношения в семье.** Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Места работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старшим младшим, домашние обязанности.

## 6 КЛАСС

### ***Жилище***

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 распространённые болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

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.

### ***Питание***

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

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и её 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.

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

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 расчёт продуктов для завтрака. Посуда.

### ***Транспорт***

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

### ***Семья***

*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, посещение 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.

## 7 КЛАСС

### **Личная гигиена и здоровье.**

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приёмы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами. Типы волос: жирные, сухие, нормальные. Использование шампуня в соответствии с типом волос. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

### **Охрана здоровья.**

Виды врачебной помощи (помощь на дому, «Скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация). Способы вызова врача на дом. Лекарственные растения и лекарственные препараты в домашней аптечке. Приготовление настоев из лекарственных трав. Самолечение и его негативные последствия.

### **Жилище.**

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры или дома к зиме, к лету. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Сухая и влажная уборка жилого помещения. Кухня. Нагревательные и электробытовые приборы, их назначение. Правила использования и ухода, техника безопасности.

### **Одежда и обувь.**

Значение продления срока службы одежды. Виды штопки, наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажной ткани, стирка изделий из шёлковых тканей. Машинная стирка изделий. Правила и приёмы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Химчистка. Виды услуг, правила пользования.

### **Питание.**

Значение первых, вторых блюд, их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Меню. Составление и запись рецептов. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. Приготовление щей из свежей капусты, киселя. Сервировка стола.

### **Культура поведения.**

Правила и приёмы приглашения в гости, формы отказа. Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, причёска), подарки.

### **Транспорт.**

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы, их назначение. Основные службы. Расписание поездов. Виды поездов и типы пассажирских вагонов. Правила приобретения железнодорожных билетов. Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.

Правила поведения в железнодорожном транспорте.

### **Семья.**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми (умывание, одевание, обувание, причёсывание), соблюдение чистоты и порядка в школе-интернате и дома. Разучивание тихих и подвижных игр с младшими детьми.

### **Торговля.**

Универмаги и универсамы, их назначение. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Сельмаг и сельпо, их назначение. Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам. Экскурсия в универсам.

### **Средства связи.**

Почта. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная с уведомлением). Порядок их отправления. Письма. Виды упаковок. Правила их отправления. Экскурсия на почту.

### **Предприятия, организации, учреждения.**

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности. Их значение для города и села. Упражнение в обращении с вопросами и просьбами к работникам предприятия.

## 8-9 КЛАССЫ

### Личная гигиена и здоровье.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

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. Общекоммунальные 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 плиты сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.

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

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

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

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

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

*Электробытовые приборы в ванной комнате:* стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

*Мебель в жилых помещениях.* Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

*Убранство жилых комнат:* зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

*Уход за жилищем.* Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

*Насекомые и грызуны в доме:* виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми. Одежда и обувь

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

### **Значение опрятного вида человека.**

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

*Магазины по продаже различных видов обуви.* Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранения 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 всехвидах 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 отправок: 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 старшим 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; посещения 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	Дата план	Дата факт	Тема урока	Основное содержание уроков / виды работ по теме
1 2			Вводный урок	Знакомство учащихся с новым предметом, учебными пособиями, учебным кабинетом. / Игры-знакомства; беседа; работа с учебником; экскурсия по предметному кабинету; творческая работа (работа в тетради)
<b>Личная гигиена и здоровье</b>				
3 4			Забота о себе	Практическое знакомство с понятием «здоровье человека» (как сочетание физического и психологического благополучия). / Беседа «Как я забочусь о себе?»; работа с учебником — систематизация представлений по теме урока с опорой на иллюстрации учебника; работа в подгруппах; игровое задание «Эстафета заботы».
5 6			Утренняя гимнастика	Расширение представлений о правилах выполнения утренней гимнастики. / Беседа, работа с учебником для актуализации и расширения представлений о значении утренней гимнастики для активности в течение дня и здоровья в целом, выполнение различных упражнений из комплексов утренней гимнастики.
7 8			Закаливание	Уточнение и расширение представлений о безопасном закаливании различными доступными способами. / Беседа о закаливании с целью актуализации представлений школьников; рассказ учителя с опорой на иллюстративный материал, работа с учебником; закрепление — работа в тетради.
9 10			Забота о руках	Знакомство с основными процедурами защиты кожи рук и ногтей от негативных воздействий. / Обсуждение проблемного вопроса: «Нужна ли рукам забота? Почему?»; беседа для уточнения представлений школьников; работа с учебником — знакомство с правилами обрезания ногтей на руках; практическая работа — обрезание ногтей на тренажёре с использованием маникюрных ножниц.
11 12			Забота о ногах	Знакомство с приёмами гигиенического ухода за ногтями на ногах и кожей ног, в том числе гигиена, профилактика заболеваний кожи ног и обращение за медицинской помощью. / Отгадывание загадки о ногах; беседа для уточнения представлений школьников о важности сохранения здоровья ног; работа с учебником: правила гигиены ног; динамическая пауза — выполнение упражнений для разминки ног, в том числе с использованием простых тренажёров.
<b>Охрана здоровья</b>				
13 14			Забота о глазах	Формирование представления о ценности остроты зрения для качества жизни человека, о гигиене зрения. / Отгадывание загадок о глазах; беседа о значении остроты зрения для полноценной жизни человека; рассказ учителя о строении глаза человека; работа с учебником — знакомство с правилами гигиены зрения; игра «Если хочешь быть здоров».

15 16			Важные правила здорового человека	Проектная работа, направленная на закрепление знаний, полученных школьниками на уроках в I четверти, и создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. / Знакомство с понятием «проект» и формами организации работы над проектом; планирование совместной работы; выполнение заданий в подгруппах, в том числе заданий учебника.
<b>Жилище</b>				
17 18			Каким бывает дом	Уточнение представлений о типах современных жилых домов, знакомство с понятием «коммунальные удобства», закрепление знания своего почтового адреса. / Рассказ-беседа «Современные дома и коммунальные удобства в них»; работа с учебником; игра «Кому привет?» — повторение своего почтового адреса; беседа по теме «Пожарная безопасность в доме» — закрепление знания номера телефона экстренных служб.
19 20			Порядок в доме	Формирование понятия о важности ежедневной уборки дома, о видах уборки — сухой и влажной; знакомство с практическими приёмами уборки дома, в том числе с инвентарём, электроприборами, моющими средствами, используемыми для уборки. / Обсуждение пословицы «Порядок в доме есть — хозяину честь!»; беседа «Как ты участвуешь в поддержании порядка и чистоты в своём доме?»; рассказ учителя о важности уборки помещений для здоровья, работа с понятиями «сухая уборка» и «влажная уборка»; практическая работа: «Демонстрация инвентаря и средств для уборки»; работа с учебником; работа в тетради: составление плана уборки класса.
21 22			Комнатные растения	Уточнение и расширение знаний о комнатных растениях, о правилах ухода за ними. / Введение в тему: отгадывание загадки, выполнение задания «четвёртый лишний». / Рассказ учителя о пользе комнатных растений и правилах ухода за растениями. / Работа с учебником. / Итог урока. Оценка деятельности школьников.
<b>Одежда и обувь</b>				
23 24			По одежке встречают	Помочь школьникам понять значение выбора одежды для здоровья и успешности в общении с людьми. Введение в тему. Работа с проблемным вопросом на основе иллюстрации учебника. / Рассказ с элементами беседы, отвечающий цели урока. Закрепление: ответы на обобщающие вопросы учебника. Оценка деятельности школьников.
25 26			По одежке встречают	Учить пятиклассников ухаживать за одеждой доступными способами. / Работа с проблемным вопросом на основе иллюстрации учебника. Работа с учебником. / Закрепление: ответы на обобщающие вопросы учебника.
27 28			Идеальная пара	Помочь школьникам понять значение для здоровья человека правильного выбора обуви. Введение в тему: постановка вопроса с отсроченным решением. / Рассказ-беседа о видах и назначении обуви. / Работа с учебником:

				самостоятельная или коллективная работа с текстом; работа в группах: отгадывание загадок. / Закрепление материала.
29 30			Идеальная пара	Познакомить учащихся с правилами ухода за обувью в домашних условиях, воспитывать аккуратность и внимание к внешнему виду своему и окружающих. / Введение в тему: беседа на основе иллюстраций учебника. / Рассказ учителя о способах ухода за обувью в домашних условиях, о хранении обуви. / Практическая работа. / Работа с учебником. / Закрепление материала.
31 32			Важные правила аккуратного человека	Закрепление знаний, полученных школьниками на уроках во II четверти; создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. / Работа с учебником: актуализация понятия «проект», выбор формы для совместной творческой работы, работа с занимательными заданиями. Планирование совместной работы, распределение обязанностей, выполнение творческой работы (рисование, раскрашивание, работа за компьютером и т. п.).
33 34			Контрольная работа	Проверка знаний и умений пятиклассников, полученных на уроках в прошедшем учебном году. / Установка на выполнение работы. / Инструкция к выполнению задания / Самостоятельная работа. / Динамическая пауза. / Подведение итогов работы, в том числе свободные высказывания школьников о том, что им понравилось, запомнилось, было интересно на уроках по предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе
<b>Питание</b>				
35 36			Еда для здоровья	Формирование представлений о влиянии питания на здоровье человека. Введение в тему: свободные ответы на вопрос, являющийся темой урока. Рассказ учителя об основах правильного здорового питания с опорой на иллюстрации учебника. Беседа на основе иллюстрации учебника «Разнообразное питание». Игра «Полезно — не полезно». Закрепление материала по вопросам учебника. Итог урока. Оценка деятельности учащихся
37 38			Как правильно есть	Уточнение и расширение представлений школьников об основах правильного здорового питания, в частности знакомство с понятием «режим питания». Введение в тему — постановка проблемного вопроса на основе иллюстрации учебника. Рассказ с элементами беседы о режиме питания школьника. Игра «Накормим Робина Бобина». Оценка деятельности школьников
39 40			Завтрак — начало дня	Уточнение и расширение представлений школьников о здоровом питании человека. Введение в тему — решение проблемой ситуации. Рассказ учителя о блюдах для завтрака. Игра «Бутербродики».
41 42			Мастерская бутербродов	Практическая работа по приготовлению простого бутерброда
<b>Транспорт</b>				
43			Транспорт —	Знакомство школьников с видами общественного

44			это удобно	транспорта, его назначением. Введение в тему: работа с учебником. Рассказ с элементами беседы на основе иллюстраций учебника. Игра «Едет — летит — плывёт». Работа в подгруппах: решение проблемной задачи «В чём различие пассажирского и общественного транспорта». Просмотр видеосюжета о работе специального транспорта.
45 46			На заметку пассажиру	Знакомство школьников с основными правилами поведения в пассажирском транспорте. Работа в подгруппах: составление списков основных правил поведения в общественном транспорте («Так — безопасно!» и «Так — вежливо!»). Игра «Мы — пассажиры». Чтение текста в учебнике и беседа по прочитанному. Работа с рубрикой «Житейские премудрости».
47 48			Мы — пассажиры	Урок-экскурсия (виртуальная) и сюжетно-ролевая игра по теме.
<b>Средства связи</b>				
49 50			Зачем нужны средства связи	Объяснение значения словосочетания «средства связи», уточнение и расширение представлений школьников об основных современных средствах связи — почте, телефоне, телевидении, радио, компьютере. Работа с иллюстрациями учебника, обсуждение поставленных вопросов. Рассказ-беседа по теме урока с опорой на схему и иллюстрации учебника на первой странице к уроку. Игра «Испорченный телефон». Чтение в учебнике текста о связи в Интернете. Беседа по прочитанному, актуализация личного опыта учащихся по использованию Интернета
51 52			Мои средства связи	Обобщение и обогащение опыта школьников в использовании доступных средств связи; создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. Работа с учебником: актуализация понятия «проект», выбор формы для совместной творческой работы, работа с занимательными заданиями. Планирование совместной работы, распределение обязанностей, выполнение творческой работы (рисование, раскрашивание, работа с карточками и т. п.).
<b>Семья</b>				
53 54			Семья	Актуализация представлений школьников о семье, уточнение и систематизирование знаний о родственных отношениях в семье, активизация лексики по теме урока (слова, называющие родственные отношения). Актуализация представлений по теме, сообщение темы урока с опорой на иллюстрации учебника. Беседа с опорой на иллюстрации учебника о том, как называются члены семьи. / Динамическая пауза по выбору учителя. Закрепление: ответы на обобщающие и итоговый вопросы.
55 56			Семейные традиции	Помощь в понимании значения словосочетания «семейные традиции», уточнение и расширение представлений школьников о том, какие бывают семейные традиции, о значимости традиций для человека. Чтение текста учебника. Беседа по прочитанному. Работа с учебником: знакомство с календарем традиций.

57 58			Моя семья	Создание условий для формирования у школьников ценностей семьи, практического понимания роли семьи в жизни человека, создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. Работа с учебником: актуализация понятия «проект», выбор формы для совместной творческой работы, работа с занимательными заданиями. Планирование совместной работы, распределение обязанностей, выполнение творческой работы.
59 60			Моя семья	Создание условий для формирования у школьников ценностей семьи, практического понимания роли семьи в жизни человека, создание условий для развития коммуникативных умений, навыков совместной работы. Предварительные итоги работы, планирование окончания проекта и его презентации.
61 62			Важные правила современного человека: знаю, понимаю, умею	Закрепление изученного материала, создание учебных ситуаций для практического использования полученных знаний и умений. Коллективная и групповая работа с учебником: выполнение заданий, проверка и взаимопроверка.
63 64			Важные правила современного человека: знаю, понимаю, умею	Закрепление изученного материала, создание учебных ситуаций для практического использования полученных знаний и умений. Коллективная и групповая работа с учебником: выполнение заданий, проверка и взаимопроверка.
65 66			Итоговая контрольно-диагностическая работа	Проверка знаний и умений пятиклассников, полученных на уроках в прошедшем учебном году. / Установка на выполнение работы. Инструкция к выполнению задания. Самостоятельная работа. Подведение итогов работы.
67 68			Закрепление и обобщение пройденного	Закрепление изученного материала, создание учебных ситуаций для практического использования полученных знаний и умений. Коллективная и групповая работа с учебником: выполнение заданий, проверка и взаимопроверка.

**6 класс**

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема урока	Основное содержание уроков
<b>Семья</b>				
1 2			Какие планы?	Обсуждение проблемных вопросов: «Зачем планировать своё время?», «Как удобно планировать время?»
3 4			От чего я свободен в свободное время?	Практическое разъяснение понятия «свободное время», актуализация опыта школьников по теме урока и подведение к выводам о возможных вариантах полезного использования свободного времени
5 6			Досуг для развития своего интеллекта	Практическое разъяснение понятия «досуг», актуализация опыта школьников, связанного с формами проведения досуга, и подведение к выводам о возможных вариантах досуга, полезного для умственного развития
7 8			Досуг для развития силы, ловкости и бодрости	Актуализация личного опыта школьников и расширение представлений о формах проведения досуга с пользой для здоровья (туристические походы; посещение спортивных секций, подвижные игры и др.). Обсуждение возможных форм активного отдыха с учётом условий местности, где живут школьники
9 10			Увлечения для развлечения	Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционированию чего-либо, фотографии и т. д.
11 12			Какие планы на выходные?	Виды семейного досуга, планирование выходных дней и каникул, рациональная организация досуга
13 14			Виртуальная экскурсия	Знакомство с виртуальной экскурсией как формой проведения досуга
15 16			Проектная работа «Мне скучать некогда! А вам?»	Постановка цели проекта, планирование совместной работы, выполнение элементов творческой работы, презентация проекта
17 18			Проектная работа «Мне скучать некогда! А вам?»	Постановка цели проекта, планирование совместной работы, выполнение элементов творческой работы, презентация проекта
<b>Жилище</b>				
19 20			Животные в доме человека	Актуализация личного опыта и знаний о содержании животных в доме
21 22			Забота о домашних животных	Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца
23 24			Забота о домашних животных	Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца
25 26			Забота о домашних животных	Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца
27 28			Домашняя ферма	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход
29 30			Ветеринарная служба	Наиболее распространённые болезни некоторых животных. Ветеринарная служба

31 32			Контрольная работа	Проверка знаний учащихся, подведение итогов работы за учебный год
33 34			Виртуальная экскурсия «кто где и как живёт?»	Актуализация знаний о видах животных, знакомство с новыми животными и ареалом их обитания.
<b>Питание</b>				
35 36			Еда – только с пользой для здоровья!	Приём пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение
37 38			Идеальный завтрак	Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака
39 40			Хлеб – всему голова!	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий
41 42			Каша – матушка наша	Виды каш. Отбор продуктов для приготовления каши. Сахар. Его польза и вред
43 44			Раз яичко, два яичко	Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья)
45 46			Секреты вкуса: специи и пряности	Соль, пряности и приправы. Соль и её значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Виды пряностей и приправ
47 48			Чай или кофе?	Напитки для завтрака. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе
49 50			Приглашение на завтрак	Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака
51 52			Приглашение на завтрак	Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака
53 54			Экскурсия в школьную столовую	Знакомство школьников с кухней школьной столовой. Знакомство с профессией повар и помощник повара.
<b>Жилище</b>				
55 56			Секреты бережной стирки	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств
57 58			Поговорим о домашнем уюте	Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью:
59 60			Поговорим о домашнем уюте	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат
61 62			За покупками!	Магазины для приобретения различных товаров. Покупка товаров через Интернет
63 64			Итоговая контрольно-диагностическая работа	Проверка знаний учащихся, подведение итогов работы за учебный год
65 68			Закрепление и обобщение Пройденного	Закрепление изученного материала, создание учебных ситуаций для практического использования полученных знаний и умений. Коллективная и групповая работа с учебником: выполнение заданий, проверка и взаимопроверка

**7 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата факт</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Виды деятельности обучающихся.</b>
<b>Личная гигиена и здоровье</b>				
1 2			Особенности личной гигиены в жизни подростка.	Работа в таблице. Запись требований к использованию личного белья. Дать представление о внешней красоте человека.
3			Уход за кожей лица. Правила ухода.	Запись правил. Знакомство учащихся с типами кожи и правилами ухода за кожей разного типа. Подбор средств для ухода за кожей лица.
4			Средства для ухода за кожей лица.	Запись правил. Подбор средств для ухода за кожей лица.
5			Уход за волосами.	Запись правил. Подбор средств для ухода за волосами.
6			Средства для ухода за волосами.	Запись правил. Подбор средств для ухода за волосами.
7 8			Использование шампуня в соответствии с типом волос.	Подбор шампуня для мытья волос с учётом их состояния, средств от перхоти и выпадения волос. Правилами ухода за волосами. Народные средства и правила их использования.
9 10			Значение чистоты рук и ног. Уход за кожей и ногтями рук и ног.	Приемы обрезания ногтей на руках и ногах. Что такое маникюр и педикюр.
<b>Охрана здоровья</b>				
11 12			Виды врачебной помощи. Способы вызова врача на дом.	Запись правил вызова врача, «Скорой помощи» на дом. Сюжетно – ролевая игра «Вызов врача на дом». Правила оказания первой помощи при порезах, ссадинах, ушибах.
13 14			Лекарственные растения и лекарственные препараты.	Работа в таблице. Приготовление настоя из лекарственных трав. Расширить представления учащихся о лекарственных растениях.
15			Самолечение и его негативные последствия.	Запись правил. Понимание слова самолечение. Последствия самолечения.
16			Контрольное тестирование.	Тестирование.
<b>Жилище</b>				
17 18			Правила уборки жилого помещения.	Запись правил уборки. Уборка помещения. Расширить представление об уборке квартиры. Формирование трудовых умений при уборке квартиры.
19 20			Сезонная уборка жилого помещения.	Запись правил уборки. Сухая и влажная уборка кухонной зоны. Правила санитарной обработки в случае необходимости.

21			Подготовка квартиры или дома к зиме, к лету.	Запись правил. Мытьё окон.
22			Уход за окнами.	Запись правил. Мытьё окон.
23 24			Виды мебели в жилых помещениях и их назначение.	Работа в таблице. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, мягкая обивка, полировка и др.).
25 26			Правила использования и ухода за кухонными приборами, техника безопасности.	Работа в таблице. Изучение правил использования и т/б при работе с кухонными электроприборами.
<b>Одежда и обувь</b>				
27 28			Значение продления срока службы одежды. Виды штопки.	Упражнение в выполнении швов. Дать представление о видах ремонта одежды. Правилами безопасной работы. Пришивание пуговиц.
29 30			Пр.р. Зашивание распоровшегося шва.	Работа с операционной картой. Зашивание распоровшегося шва.
31 32			Пр.р. Штопка разорванного места.	Работа с операционной картой. Штопка разорванного места.
33 34			Пр.р. Наложение заплат.	Работа с операционной картой. Наложение заплат.
35 36			Машинная стирка изделий.	Изучение алгоритма работы стиральной машины. Т/б при работе с ней. Машинная стирка кухонного белья.
37 38			Правила и приёмы глажения.	Повторение правил по т/б при работе с утюгом. Глажение футболки.
39 40			Пр.р. Глажение одежды.	Повторение правил по т/б при работе с утюгом. Глажение футболки.
<b>Питание</b>				
41 42			Виды питания.	Определение видов питания и значения первых и вторых блюд
43			Составление и запись рецептов.	Повторение правил безопасности при использовании приборов. Составление и запись рецептов.
44			Приготовление блюд из овощей.	Повторение правил безопасности при использовании приборов. Составление и запись рецептов.
45 46			Пр.р. Приготовление щей из свежей капусты.	Приготовление щей из свежей капусты.

47 48			Приготовление мясного блюда и компота из сухофруктов.	Приготовление котлет. Приготовление компота из сухофруктов.
49			Сервировка стола к обеду.	Сервировка стола к обеду.
50			Контрольное тестирование.	Тестирование.
<b>Культура поведения</b>				
51			Правила и приемы приглашения в гости.	Сюжетная игра «В гости к...».
52			Подготовка к поездке в гости: внешний вид, подарки.	Изготовление простого сувенира. Обсуждение образа. Выбор одежды.
<b>Транспорт</b>				
53			Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы.	Сюжетно-ролевая игра: «Поездка в железнодорожном транспорте». Правила поведения в железнодорожном транспорте.
54			Правила поведения в железнодорожном транспорте.	
<b>Семья</b>				
55			Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	Упражнение в уходе за младшими детьми. Разучивание игр.
56			Тихие и подвижные игры с младшими детьми.	Упражнение в уходе за младшими детьми. Разучивание игр.
<b>Торговля</b>				
57 58			Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.	Работа в таблице.  Экскурсия  (виртуальная).
59 60			Отделы распродажи товара по сниженным ценам. Правила поведения в магазине.	Работа в таблице. Сюжетно-ролевая игра «Покупка товара». Запись правил поведения.
<b>Средства связи</b>				

61 62			Почта. Виды бандеролей. Порядок отправления бандероли.	Заполнение бланка на отправку бандероли.
63 64			Посылки. Виды посылок.	Заполнение бланка на отправку посылки. Экскурсия (виртуальная).
65 66			Контрольное тестирование.	Тестирование.
67 68			Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности.	Упражнение в обращении с вопросами и просьбами к работникам предприятия.

## 8класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
<b>Личная гигиена(4ч.)</b>		
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1
2	Входной контроль.	1
3	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы) 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. Правила содержания детской посуды и игрушек	
16	Контрольная работа за 1 четверть.	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	Повторительно-обобщающий урок.	1
53	Контрольная работа за 3 четверть.	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 поведения»,	1
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.	1
16	Контрольная работа за 1 четверть.	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	Контрольная работа за 2 четверть.	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 лекарства. 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.	
52	Повторение изученного материала.	1
53	Контрольная работа за 3 четверть.	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

## Список использованной литературы

1. Учебное пособие «Социально – бытовая ориентировка» В. П. Субчевой //Москва «ВЛАДОС», 2013 г.
2. Учебник «Основы социальной жизни» 5 класс С. В. Комарова, Е. Л. Александрова //Москва «Просвещение», 2023 г.
3. Учебник «Основы социальной жизни» 6 класс С. В. Комарова, Е. Л. Александрова //Москва «Просвещение», 2023 г.
4. С. В. Комарова, Е. Л. Александрова «Основы социальной жизни» методическое пособие к учебнику 5 класс С. В. Комаровой, Е. Л. Александровой /Москва «Просвещение», 2023 г.
5. С. В. Комарова, Е. Л. Александрова «Основы социальной жизни» методическое пособие к учебнику 6 класс С. В. Комаровой, Е. Л. Александровой /Москва «Просвещение», 2023 г.
6. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2006 год
7. ДевятковаТ.А., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2005 год.
8. Интернет-ресурсы:
  - <http://www.ed.gov.ru>,
  - <http://www.rfh.ru>,
  - <http://www.int-edu.ru>,
  - <https://catalog.prosv.ru>.