

ГБОУ «Курганская школа-интернат №60»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «**Основы социальной жизни**»

5-9 классы

2021 г.

г. Курган

Составитель программы: Олькова Марина Николаевна, учитель высшей категории

Рецензент: Панкова Ирина Яковлевна, учитель высшей категории

Рассмотрена и согласована
На заседании МО
учителей основной школы
Протокол № 1 от 30.08.2021

Утверждаю:
Директор школы Морозова Н.И
Приказ № 63 от 1.09.2021

Принята на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2021

Пояснительная записка

Данная адаптированная программа по «Основам социальной жизни», для 5-9 классов, разработана на основе:

1. Закона РФ «Об образовании» от 10.12. 2012г. № 273-ФЗ (с последующими изменениями и дополнениями);

2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и Постановление №2 от 28.01,21 г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

3. Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

4. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. N 4/15)

Общая характеристика учебного предмета, курса

Характерными особенностями учебного предмета являются:

- * практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- * применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- * применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников 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 воспитанников 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 воспитанников и т. д.

Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый класс. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствованию имеющихся у них умений и навыков, формированию новых.

В программе дано примерное количество часов на темы и разделы, которые учитель вправе изменить. Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового

календарного учебного графика.

На каждый изучаемый раздел количество часов может меняться (увеличиваться или уменьшаться) исходя из психофизических возможностей обучающихся. Для обучающихся на дому количество часов в год индивидуально (согласно ИУП) и определяется учебной нагрузкой, рекомендованной ППК, ПМПК и ВК, поэтому количество часов, отведенных на темы(разделы) программы изменяются пропорционально.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно – ролевые игры, беседы.

Широко используются наглядные средства обучения, демонстрация кинофильмов, презентации и др. В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения.

При изучении предмета «Основы социальной жизни» могут применяться как традиционные, так и дистанционные формы организации обучения. Эти формы реализуются в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии и с обучающимися. С использованием дистанционных технологий могут использоваться такие формы обучения: уроки, лекции, онлайн-консультации, практические занятия, контрольные и самостоятельные работы.

Цель программы: развитие социальной компетентности у учащихся с особыми образовательными потребностями в условиях общеобразовательной школы.

Задачи:

- совершенствование навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в социуме;
- коррекция нарушенных когнитивных функций, повышение общего уровня развития обучающихся, расширение их кругозора;
- воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости.

Для реализации данной программы имеются необходимые условия: оборудованный учебный кабинет, различные дидактические пособия, предметные и сюжетные иллюстрации, КИМы.

Основные направления коррекционной работы:

1. Совершенствование движений и сенсомоторного развития:

- развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук;
- развитие навыков каллиграфии.

2. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие зрительной памяти и внимания;
- формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);
- развитие пространственных представлений ориентации;
- развитие представлений о времени;
- развитие слухового внимания и памяти;

3. Развитие основных мыслительных операций:

- навыков соотносительного анализа;
- навыков группировки и классификации (на базе овладения основными родовыми понятиями);
- умения работать по словесной и письменной инструкции, алгоритму;
- умения планировать деятельность;
- развитие комбинаторных способностей.

4. Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;

- развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

5. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (релаксационные упражнения для мимики лица, драматизация, чтение по ролям и т.д.).

6. Развитие речи, овладение техникой речи.

7. Расширение представлений об окружающем мире и обогащение словаря.

8. Коррекция индивидуальных пробелов в знаниях.

Организационные формы работы

Основной организационной формой обучения «Основам социальной жизни» является урок. В начале и конце учебного года осуществляется диагностика уровня сформированности ЗУН по данному предмету, позволяющая выявить пробелы, с целью их дальнейшей отработки в школе и в семье. Домашнее задание предусматривает выполнение упражнений практической направленности. Учащиеся ведут тетрадь для кратких записей, основных сведений и зарисовок.

Уровень сформированности ЗУН

- выполнение практических заданий индивидуально и в парах;
- деловые игры и анкетирование;
- сюжетно-ролевые игры.

Формы контроля

- тестовые и практические работы.

Текущий контроль осуществляется по системе оценивания.

Система оценивания

Критерии и нормы оценки знаний, умений и владений обучающихся

Критерии оценки при опросе:

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

«4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

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

«2» ставится в том случае, если обучающийся: не знает и не понимает значительную или

основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов; имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов; не умеет использовать средства наглядности; при ответе допускает ошибки, которые не может исправить даже при помощи учителя; допустил больше ошибок, чем необходимо для оценки 3.

«1» обучающимся не ставится.

При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

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

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

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

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

Оценка «1» обучающимся не ставится.

При оценке письменных работ грубой ошибкой считается: неверное выполнение заданий вследствие неточного применения правил, неправильное решение задачи (неправильный выбор, пропуск действий, искажение смысла вопроса, привлечение посторонних или потеря необходимых информационных данных).

Примечание: при спорной оценке решение принимается в пользу обучающегося.

В силу особенностей психофизического развития и имеющихся нарушений лишь отдельные обучающиеся способны усвоить программный материал качественно, в полном объеме. Остальные обучающиеся могут знакомиться с программой в целом, а успешно усваивать только часть знаний и умений. Поэтому нормы оценок обучающихся носят условный характер. В этом вопросе требуется разумный компромисс между понятиями «оценка знаний» и «возможности ребёнка». При проверке работ следует учитывать не только уровень знаний, умений и владений обучающегося, но и академические и жизненные компетенции, достижения обучающегося в зоне ближайшего развития.

Место предмета в учебном плане

Программа реализуется в рамках федерального компонента через уроки ОСЖ. Объем учебной нагрузки по курсу:

- 1) 5 класс – 1 ч. в неделю, 34 ч. в год;
- 2) 6 класс – 1 ч. в неделю, 34 ч. в год;
- 3) 7 класс – 2 ч. в неделю, 68 ч. в год;
- 4) 8 класс – 2 ч. в неделю, 68 ч. в год;
- 5) 9 класс – 2 ч. в неделю, 68 ч. в год.

Программа построена по принципу: опора на имеющиеся знания, умения и навыки, формирование на их базе новых, с расширением и углублением изученных ранее тем. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими учащимися.

Планируемые результаты

Предметные результаты

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

Раздел «Введение»

Минимальный уровень:

- знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

Достаточный уровень:

- знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;
- соблюдать правила техники безопасности в кабинете;
- соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

Минимальный уровень:

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

Достаточный уровень:

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

Раздел «Охрана здоровья»

Минимальный уровень:

- выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе-интернате.

Достаточный уровень:

- знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;
- знать названия лекарственных растений, узнавать их;
- уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

Раздел «Жилище»

Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;
- уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

Достаточный уровень:

- знать типы жилых помещений;
- знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

Раздел «Одежда и обувь»

Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

Достаточный уровень:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

Раздел «Питание»

Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
- знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и соблюдать режим питания;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать о значении завтрака для здоровья человека;
- знать и уметь составлять меню завтрака;
- знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
- знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;
- знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;
- уметь готовить блюда из яиц;
- знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
- уметь заваривать чай, варить кофе;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

Раздел «Транспорт»

Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

Достаточный уровень:

- знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
- знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

Раздел «Средства связи

Минимальный уровень:

- название основных средств связи.

Достаточный уровень:

-знать назначение основных средств связи.

Раздел «Семья»

Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи.

Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;
- уметь определять степень родства членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Базовые учебные действия

Программа обеспечивает достижение учащимися базовых учебных действий:

Личностные учебные действия

1. Принимать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
3. Испытывать гордость за достигнутые успехи и достижения как собственные, так и своих одноклассников;
4. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
5. Проявлять положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней;
6. Проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности;
7. Активно включаться в общепользующую и социальную деятельность;
8. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

1. Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
2. Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. Обращаться за помощью и принимать помощь;
4. Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
5. Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
6. Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
7. Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия

1. Адекватно использовать ритуалы школьного поведения;

2. Принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач;
3. Произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
4. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов;
5. Действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
6. Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
7. Адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность;
8. Передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Познавательные учебные действия

1. Выделять существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. Использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, простейших причинно – следственных связей) на наглядном доступном вербальном материале;
3. Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематичное изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях);
4. Использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания;
5. Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности.

В течение учебного года проводится мониторинг базовых учебных действий, который будет отражать индивидуальные достижения обучающихся в процессе усвоения программы «Основы социальной жизни».

Мониторинг проводится в 3 этапа (стартовый – сентябрь, промежуточный – по мере изучения отдельных тем, итоговый – май). Базовые учебные действия отслеживаются в результате наблюдений за учащимися, опроса, тематической беседы; при выполнении практических заданий социальной и бытовой направленности.

Обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- рациональной организации труда и отдыха;
- безопасного обращения с веществами и материалами;
- консервирования и заготовки пищевых продуктов в домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, сервировки стола и оформления приготовленных блюд;
- соблюдение правил по охране здоровья;
- совершение покупок в магазине, планирования семейного бюджета, с учетом затрат на ЖКХ;
- применять полученные знания по правилам безопасности дорожного движения, пожарной безопасности, нахождения одного дома и на улице, в общественных местах, в транспорте, культуру поведения и общения с взрослыми и сверстниками;
- отказываться от вредных привычек.
- выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;
- построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Содержание обучения

5 класс (34 ч.)

Введение (1 час).

Что такое СБО, роль предмета, разделы предмета, изучаемые вопросы.

Личная гигиена и здоровье (4 ч.)

- Личная гигиена. Ее значение 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 охраны зрения и слуха.

Одежда и обувь (6 ч.)

- Виды одежды и головных уборов. История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.
- Повседневный уход за одеждой и подготовка к хранению. Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.
- Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). История появления обуви. Обувь в разные исторические времена.
- 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.
- Сезонная одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.
- Обобщение пройденного материала. Тестирование.

Питание (7 ч.)

- Режим питания. Продукты питания и их значение.
- Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).
- Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.
- Холодный и горячий завтрак. Напитки для завтрака.
- Обед. Основные блюда.
- Полдник. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др.
- Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.

Семья (3 ч.)

- 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.
- Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Охрана здоровья (2 ч.)

- Виды медицинских учреждений.
- Функции основных врачей-специалистов.

Жилище (4 ч.)

- Виды жилых помещений в городе и в деревне.
- Виды мебели в зависимости от ее назначения.
- Гигиена жилища.
- Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.

Транспорт (3 ч.)

- Виды городского транспорта.
- Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта.
- Правила поведения в городском транспорте.

Средства связи (3 ч.)

- Почта России.
- Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли).
- Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь).

Обобщение пройденного материала. Тестирование. (1 ч)

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса ОСЖ 5 классе:

Обучающиеся должны знать:

- Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, правила сервировки стола и мытья посуды.
- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.
- Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля).
- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.
- Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.
- Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школы, правила организации рабочего места школьника.
- Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.
- Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

Обучающиеся должны уметь:

- строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами;
- Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по

сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.
- соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

6 класс (34 ч.)

Личная гигиена и здоровье (4 ч.)

- Здоровый образ жизни — требование современного общества.
- 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).

Транспорт (3 ч.)

- Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта.
- Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.
- Экскурсия на автовокзал.

Средства связи (3 ч.)

- Основные средства связи (почта, Интернет, телефон).
- Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека.
- Культура общения при использовании средств связи.

Питание (8 ч.)

- Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.
- Магазины по продаже продуктов питания. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).
- Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака.
- Простые и сложные бутерброды. Канапе.
- Практическая работа: Приготовление бутербродов.
- Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления.
- Составление меню для холодного ужина.
- Составление меню для горячего ужина.

Семья (3 ч.)

- Семья. Родственные отношения.
- Права и обязанности членов семьи.
- Отдых и его разновидности.

Одежда и обувь (4 ч.)

- Значение опрятного вида человека.
- Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.
- Ручная и машинная стирка изделий.
- Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером.

Жилище (4 ч.)

- Сухая и влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений.
- Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования.
- Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.
- Спальня. Постельное бельё. Культура сна.

Охрана здоровья (4 ч.)

- Виды медицинских учреждений: поликлиника, амбулатория, больница, диспансер.
- Экскурсия в аптеку.
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.
- Фитоаптечка. Практическое занятие по приготовлению травяного настоя.

Повторение и обобщение изученного (1 ч.)

- Контрольная работа.

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса ОСЖ 6 классе:

Обучающиеся должны знать:

- Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.
- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.
- Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.
- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.
- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.
- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.

Обучающиеся должны уметь:

- Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- Закалывать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.
- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.
- Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.
- Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.
- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.
- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.
- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.
- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

7 класс (68 ч.)

Личная гигиена и здоровье (8 ч.)

- Значение физических упражнений в режиме дня.
- Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.
- 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.
- Гигиена одежды, нательного и постельного белья.
- 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.

Одежда и обувь (9 ч.)

- Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.
- Определение собственного размера одежды.
- Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.
- Практическая работа: Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц.
- Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.
- Правила сушки белья из различных тканей.
- Утюжка белья, брюк, различной одежды.
- «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.
- Подбор аксессуаров к одежде.

Питание (13 ч.)

- Основные отделы в продуктовых магазинах.
- Специализированные магазины.
- Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.
- Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).
- Молочные продукты для холодного завтрака.
- Горячий завтрак. Каши. Практическая работа: сервировка стола и заваривание чая.
- Виды круп. Хранение круп.
- Обед. Прозрачные супы. Напитки холодные и горячие. Приготовление третьих блюд.
- Полдник. Составление и запись рецептов изделий из теста.
- Приготовление оладий и блинов изделий из недрожжевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.
- Составление меню для холодного ужина.
- Отбор продуктов для холодного ужина.
- Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.

Семья (8 ч.)

- Закон о семье и браке.
- Условия создания семьи.
- Необходимость разумной смены работы и отдыха.
- Отдых и бездеятельность.
- Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.
- Семейные отношения.
- Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета.
- Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.

Жилище (10 ч.)

- Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.).
- Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат.
- Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность.
- Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления, соотношения цены и качества).
- Правила техники безопасности использования электробытовых приборов.
- Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.
- Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.
- Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.
- Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены.
- Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.

Транспорт (6 ч.)

- Вокзалы: назначение, основные службы.
- Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость

проезда.

- Междугородный железнодорожный транспорт. Ж/д-вокзал и его службы.
- Типы поездов. Виды пассажирских вагонов.
- Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.
- Экскурсия на ж/д-вокзал

Предприятия, организации, учреждения (3 ч.)

- Муниципальные власти. Структура, назначение.
- Дошкольные образовательные учреждения.
- Центры культуры и досуга.

Средства связи (3 ч.)

- Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.
- Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной).
- Сотовые компании, тарифы.

Охрана здоровья (6 ч.)

- Функции основных врачей-специалистов.
- Домашняя аптечка. Назначение и хранение домашней аптечки.
- Меры профилактики различных заболеваний.
- Уход за больным. Доврачебная помощь.
- Респираторные заболевания. Практическая работа: измерение температуры.
- Первая помощь при травмах, ушибах, вывихах, переломах.

Повторение пройденного (2ч.)

- Контрольная работа.
- Урок-путешествие по станциям ОСЖ.

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса ОСЖ 7 классе:

Обучающиеся должны знать:

- Правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
- Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
- Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.
- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

- Гигиенические требования к жилому помещению, последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за окнами, способы ухода за мебелью.
- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородной связи, способы оплаты.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при травмах, ушибах и растяжениях.

Обучающиеся должны уметь:

- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.
- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.
- Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.
- Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна, ухаживать за мебелью, чистить с помощью пылесоса.
- Ориентироваться в расписании пригородных поездов, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.
- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.
- Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.
- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.
- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки.

8 класс (68 ч.)

Введение (1 ч.)

- Диагностика.

Личная гигиена и здоровье (7 ч.)

- Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).
- Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей.
- Практическая работа: определение типа кожи и подбор лечебных средств.

- Значение косметики для девушек и юношей.
- 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.
- Уход за ногами (уход за ногами и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.
- Маникюр. Уход за руками.

Питание (13ч.)

- Виды питания. Диетическое питание.
- Питание детей ясельного возраста.
- Приготовление национальных блюд.
- Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.
- Стоимость продуктов питания.
- Расчет стоимости товаров на вес и разлив.
- Завтрак. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш.
- Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.
- Обед. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление.
- Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.
- Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов.
- Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.
- Праздничный стол. Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.

Семья (9 ч.)

- Основы семейных отношений и досуг в семье.
- Семейные праздники. Прием гостей.
- Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.
- 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.
- Значение и способы экономии расходов.
- Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.

Жилище (9 ч.)

- Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме.
- Правила проживания в собственном и многоквартирном доме.
- Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах.
- Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.
- Кухонное белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.

- Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений.
- Уборка санузла, ванной комнаты.
- Мебель. Уход за разными видами мебели.
- Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Транспорт (3 ч.)

- Основные виды транспорта.
- Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.
- Основные службы. Основные маршруты.

Учреждения, организации и предприятия (4 ч.)

- Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.
- Учреждения культуры и спорта.
- Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.
- Экскурсия. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

Средства связи (4 ч.)

- Интернет-связь. Электронная почта и ее преимущества.
- Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной жизни.
- Почта. Покупки из интернет-магазинов, пересылка их почтой.
- Безопасный интернет.

Охрана здоровья (7 ч.)

- Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования.
- Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.
- Первая медицинская помощь при несчастных случаях (ожогах, обморожении).
- Первая медицинская помощь при несчастных случаях (тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему.
- Глистные заболевания. Меры предупреждения глистных заболеваний.
- Укусы животных и насекомых.
- Психическое здоровье. Как бороться со стрессом?

Одежда и обувь (10 ч.)

- Стилль одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры); раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех.
- Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды).
- Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни и т.д.
- Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром.
- Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой.
- Уход за шерстяными и трикотажными изделиями.
- Уход за верхней одеждой из водоотталкивающей ткани, кожи, мехового велюра (дубленки), меха (искусственного и натурального).
- Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях.

Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

- Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант.
- Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант.
- Ателье индивидуального пошива одежды.

Повторение пройденного (1 ч.)

- Контрольная работа. Диагностика.

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса ОСЖ в 8 классе:

Обучающиеся должны знать:

- Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки
- Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.
- Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.
- Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.
- Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно – гигиенические требования к данным помещениям.
- Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.
- Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.
- Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.
- Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления
- Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи
- Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

Обучающиеся должны уметь:

- 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.
- Подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- 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.

- Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

9 класс (68 ч.)

Личная гигиена и здоровье (4 ч.)

- 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.
- Личная гигиена для девочек или «Счастье быть матерью».
- Гигиена юноши. Культура бритья.

Одежда и обувь (11 ч.)

- Значение опрятного вида человека. Имидж современного человека. Дресс-код.
- 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.
- Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.
- 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.
- Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).
- Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей.
- Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.
- Практикум. Правила и приемы глажения блузок и рубашек.
- Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Питание (13 ч.)

- 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.
- «Сладкий стол».
- 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.
- Качество продуктов. Коды пищевых добавок.
- Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.
- Этикет праздничного застолья.

Семья (7 ч.)

- Заключение брака.
- Ответственность родителей за будущее ребенка.
- Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством.
- Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Беременность, роды.
- Семейный уклад с появлением новорожденного в семье, распределение обязанностей.
- Грудной ребенок в семье: уход, питание новорожденного, детский гардероб, необходимое оборудование и приспособления.
- Развитие ребенка раннего возраста.

Жилище (10 ч.)

- Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.
- Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.
- Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.
- 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.
- Уход за различными видами напольных покрытий.
- Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения.
- Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения и т. д.). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев.
- Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.

Транспорт (2 ч.)

- Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Службы аэровокзала.

- Порядок приобретения билета и их возврат.

Средства связи (2 ч.)

- Виды денежных переводов. Стоимость отправления.
- Сотовые компании, тарифы. Роуминг.

Предприятия обслуживания населения (6 ч.)

- Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.
- Предприятия бытового обслуживания: «остекление», «ремонт квартир». Практическая работа: поиск нужного предприятия мастера.
- Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу.
- Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства.
- Государственная служба занятости населения: назначение, функции. Правила постановки на учет.
- Госуслуги.

Охрана здоровья (11ч)

- 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. Виды, названия, способы хранения.
- 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. Госпитализация. Амбулаторный прием.
- Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.
- Забота о здоровье. Профилактика различных заболеваний. Диспансеризация. Обследование.
- Сезонные заболевания. Экскурсия в медкабинет.
- Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению.
- Самолечение и его негативные последствия.

Итоговые занятия (2ч)

- Итоговые контрольные тесты.
- Урок-праздник.

Требования к уровню освоения обучающимися результатов курса ОСЖ в 9 классе:

Обучающиеся должны знать:

- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях. Приемы вязания крючком и спицами.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

- Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Обучающиеся должны уметь:

- Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.
- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.
- 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.

Календарно-тематическое планирование

5 класс 34 ч. (1 час в неделю)

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды деятельности	Дата проведения
1	Вводное занятие.	1	Беседа о содержании и значении предмета СБО. Оформление тетрадей по предмету. Игра «Что нас окружает?»	
Личная гигиена и здоровье (4 ч.)				
2	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.	1	Дидактические игры: «Чего не стало», «Назовем одним словом». Упр. «Разложи и расскажи». Отгадывание загадок.	
3	Утренний и вечерний	1	Дидактические игры: «Что	

	туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.		изменилось». Составление рассказа по серии сюжетных картинок. Игра «Выбери нужное». Физминутка «Чистюли»	
4	Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход.	1	Д/и «Чего не хватает?». Установление логической связи «Что было сначала, а что потом».	
5	Правила охраны зрения и слуха.	1	Гимнастика для глаз. Беседа с использованием презентации.	
Одежда и обувь (6 ч.)				
6	Виды одежды и головных уборов. История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.	1	Д/и «Парочки». Упр. «Нелепицы» Пазлы. Словарная работа. Игра «Закончи предложение»	
7	Повседневный уход за одеждой и подготовка к хранению. Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	1	Упр. «Что изменилось», «Цепочка действий». Игра с мячом «Что можно сделать с одеждой?» Дид. игра «Что любит и чего не любит одежда»	
8	Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Обувь в разные исторические времена.	1	Упр. «Убери лишнее», «Назови одним словом». Работа с перфокартами. Дид.игра «Подбери пару». Перфокарты на каждого ученика для игры-путаницы «Где и что покупают люди»	
9	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.	1	Практическая работа по алгоритму. Работа в тетради «Из чего сделаны?». Игра-шнуровка. Игра «Подбери наряд кукле».	
10	Сезонная одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.	1	Работа по таблице «Правила закаливания организма». Игра «Назови детали своего изделия». Игра с мячом: «Какой одежды много продается в магазине?»	
11	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	1	Интерактивная игра «Обувь перепуталась». Тест «Виды одежды и обуви, уход и	

			хранение». Сюжетно-ролевая игра «Модный приговор».	
Питание (7 ч.)				
12	Режим питания. Продукты питания и их значение.	1	Презентация «Полезные и вредные продукты», игра «Словесная горка», упр. «Разложи продукты по вкусу»	
13	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).	1	Игра «Путешествие по Молочной стране». Сообщения обучающихся о пользе молока. Презентация «Виды молочной продукции». Таблица «Сроки хранения молочных продуктов»	
14	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.	1	Работа с пословицами. Сюжетно-ролевая игра «Поход в булочную». Пальч. гимнастика «Месим тесто». Подвижная игра «Каравай»	
15	Холодный и горячий завтрак. Напитки для завтрака.	1	Презентация «Бутерброды и их виды». Игровое упражнение «Третий лишний», загадки.	
16	Обед. Основные блюда.	1	Карточки /выбери правильный ответ, подчеркни /, практическая работа «Составление меню». Дид. игра «Выбери продукты для ...»	
17	Полдник. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др.	1	Карточка «Соотнеси время суток и приём пищи». Игра «Будь внимателен!» Кроссворд «Мучные кондитерские изделия».	
18	Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	1	Работа с термином «Сбалансированное питание». Дид. игра «Приготовь ужин». Видеопрезентация «Семейный ужин»	
Семья (3 ч.)				
19	Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.	1	Беседа. Работа с пословицами. Упр. «Подбери карточку к определению». Перфокарты.	
20	Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим:	1	Презентация «В гостях хорошо, а дома лучше». Упр. «Распредели обязанности». Просмотр мультфильма «Барбоскины». Обсуждение.	

	домашние обязанности.			
21	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.	1	Работа в тетрадях. Упр. «Вычеркни лишние слова». Просмотр видео. Словарная работа: ДОСУГ, ОТДЫХ, ТРАДИЦИЯ, ХОББИ	
Охрана здоровья (2 ч.)				
22	Виды медицинских учреждений.	1	Постановка проблемной ситуации. Презентация. Работа по карточкам. Игра «Закончи предложения»	
23	Функции основных врачей-специалистов.	1	Игра- задание «Куда обратиться?». Презентация. Таблица на доске и в тетради. Словарная работа.	
Жилище (4 ч.)				
24	Виды жилых помещений в городе и в деревне.	1	Беседа с презентацией «История жилища». Работа с перфокартами. Игра «Назови одним словом: какой дом?» (мяч). Работа в тетради.	
25	Виды мебели в зависимости от ее назначения.	1	Игра «Доскажи словечко». Классификация мебели. Словарная работа. Игра «Расставь мебель в комнаты».	
26	Гигиена жилища.	1	Фронтальная беседа (презентация). Упр. «Выбери необходимое для уборки». Составление алгоритма повседневной уборки.	
27	Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.	1	Мозговой штурм: разгадывание кроссворда с темой урока. Задание: распределить посуду по группам. Задание: Выбери посуду для чаепития. Игра «Шифровальщик». Игра «Из чего посуда?».	
Транспорт (3 ч.)				
28	Виды городского транспорта.	1	Таблица и презентация. Дидактические игры: «Что изменилось», «Запомни слова», «Загадки». Сюжетно-ролевая игра «Мы – пассажиры».	
29	Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта.	1	Игра «Что лишнее?». Таблица «Оплата проезда на всех видах транспорта». Рефлексия мотивационная – «Дерево знаний».	
30	Поведение в транспорте и	1	«Собери предложения»:	

	на улице.		Машина, ехать, по, городской, улица. Пассажир, брать, билет, у, кондуктор, в, автобус. «Скажи наоборот». «Чего не хватает?»	
Средства связи (3 ч.)				
31	Почта России.	1	Просмотр мультфильма «Простоквашино». Видеоэкскурсия «Работа почты». Блиц-опрос. Запись в тетради.	
32	Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли).	1	Словарная работа: адресат, адрес, адресант. Тест «Проверь себя». Сюжетно-ролевая игра «Мы пришли на почту».	
33	Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь).	1	Перфокарты. Игра «Расшифруй название». Карточки «Я разговариваю по телефону». Моделирование реальных ситуаций.	
34	Обобщение пройденного материала. Тестирование.	1	Урок-путешествие.	

**Календарно-тематическое планирование
6 класс 34 ч. (1 час в неделю)**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды деятельности	Дата проведения
Личная гигиена и здоровье (4 ч.)				
1	Здоровый образ жизни — требование современного общества.	1	Беседа с использованием презентации. Мини-тест. Словарная работа.	
2	Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические	1	Игра «Назови лишний предмет». Игра «Назови лишний предмет». Задание: «Раскрась предметы, с помощью которых мы	

	средства для ухода кожей рук.		ухаживаем за руками».	
3	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.	1	Практическая работа. Работа с таблицей «Гигиена ног». Дидактическая игра «Полезно-вредно». Работа в тетради. Запись памятки.	
4	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).	1	Игра «Волшебный мешочек». Игра «3-ий лишний». КАРТОЧКА «Правила личной гигиены», выбрать правильный ответ.	
Транспорт (3 ч.)				
5	Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта.	1	Работа в тетради. Тест «Виды транспортных средств». Дид. игра «Четвёртый лишний». Составление памятки «Правила поведения в транспорте».	
6	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	1	Урок-практикум. Словарная работа: маршрут. Работа с расписанием движения пригородного транспорта. Нестандартные ситуации (поиск решений).	
7	Экскурсия на автовокзал.	1	Знакомство с кассами, работниками автовокзала. Определение направления следования. Упражнения по чтению расписания.	
Средства связи (3 ч.)				
8	Основные средства связи (почта, Интернет, телефон)	1	Рассказ учителя из истории развития средств связи (голуби, колокола, сигналы, ямская почта). Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение. Словарная работа: почта, телефон, компьютер.	
9	Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека.	1	Презентация «Как появилась мобильная связь». Составление памятки «Отрицательные свойства мобильного телефона».	
10	Культура общения при использовании средств связи.	1	Беседа. Инсценировка «Разное здравствуйте». Игра «Вежливые слова».	
Питание (8 ч.)				
11	Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.	1	Беседа с использованием презентации. Работа в тетрадях. Оздоровительная минутка. «Вершки и корешки». Игра «Что разрушает здоровье, а что	

			укрепляет?»	
12	Магазины по продаже продуктов питания. Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).	1	Упражнение «Определи, в каком магазине куплен товар». Ролевая игра «Продавец-консультант». Практическая работа: чтение этикеток.	
13	Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака.	1	Игра «Составь пословицу». Практическая работа: Составление меню завтрака. Физминутка: «Точим нож, точим нож». Просмотр школьного меню на день.	
14	Простые и сложные бутерброды. Канапе.	1	Словарная работа. Презентация. Упражнение на внимание: (3 бутерброда, 1 пирожное). Что лишнее, почему?	
15	Практическая работа: Приготовление бутербродов.	1	Игра «Да – нет». Работа с технологической картой. Повторить правила личной гигиены и ТБ при работе с ножом.	
16	Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления.	1	Беседа с опорой на имеющиеся знания. Словарная работа. Просмотр мультфильма «Винегрет» из кулинарного сериала «Вкусные истории».	
17	Составление меню для холодного ужина.	1	Презентация «ЗОЖ. Роль овощей в питании». Работа со словарями С. И. Ожегова и В. Даля (слово «ужин»). Обмен семейными рецептами ужина.	
18	Составление меню для горячего ужина.		«Правила правильного питания». Игра «Заполни холодильник». Нарисовать любимый ужин.	
Семья (3 ч.)				
19	Семья. Родственные отношения.	1	Беседа. Работа в тетради: упр. «Соедини родственников». Работа с пословицами.	
20	Права и обязанности членов семьи.	1	Решение проблемной ситуации. Просмотр и обсуждение фрагмента м/ф.	
21	Отдых и его разновидности.	1	Беседа, сопровождающаяся схемами, заданиями. Работа в тетради. Перфокарты.	
Одежда и обувь (4 ч.)				
22	Значение опрятного вида человека.	1	Презентация. Ситуативный тренинг. Задание: соотнести иллюстрации с названиями видов одежды. Работа с памяткой «Правила по выбору одежды».	
23	Виды повседневного ухода	1	Работа над рассказом с	

	за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.		пропусками. Запись основных правил ухода за одеждой в тетрадь.	
24	Ручная и машинная стирка изделий.	1	Индивидуальный опрос по карточкам. Словарная работа. Записи в тетради. Эстафета по знаниям условных обозначений «Нарисуй символ».	
25	Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером.	1	Памятки на каждого ученика «Правила поведения в магазине». Практическая работа: Определение материала, из которого изготовлена обувь и правила ухода за ней.	
Жилище (4 ч.)				
26	Сухая и влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений.	1	Работа с пословицами. Упр. «Закончи предложение». Запись с тетради: «Правила рациональной уборки». Просмотр видеоролика.	
27	Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования.	1	Виды и опасность электробытовых приборов. Памятка: Правила безопасности при пользовании электроприборами.	
28	Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.	1	Работа с иллюстрациями на анализ- синтез групп предметов. Составление таблицы (вид мебели; уход). Индивидуальные карточки.	
29	Спальня. Постельное бельё. Культура сна.	1	Беседа «Назначение спальни. Интерьер. Уборка». Презентация «Принадлежности для сна».	
Охрана здоровья (4 ч.)				
30	Виды медицинских учреждений: поликлиника, амбулатория, больница, диспансер.	1	Беседа с использованием презентации. Самостоятельная работа на карточках (дети работают в парах). Задание: вписать в таблицу специальность врача.	
31	Экскурсия в аптеку.	1	Упр. «Закончи предложение». Игра-задание «Как обратиться?» Словарная работа: аптека, фармацевт, лекарства, медикаменты, рецепт, касса, оптика, очки, аптечка.	
32	Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой	1	Рассказ учителя. Усвоение новых знаний. Работа с памятками. Формирование умений и навыков:	

	помощи при ушибах и растяжениях.		практическая работа.	
33	Фитоаптечка. Практическое занятие по приготовлению травяного настоя.	1	Кроссворд. Работа с каталогом лек.трав. Презентация «Фито- и ароматерапия»	
Повторение и обобщение изученного (1 ч.)				
34	Контрольная работа.	1	Тестирование.	

Календарно-тематическое планирование.

7 класс 68 часов (2 ч. в неделю)

№ п/п	Название темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности	Дата проведения
Личная гигиена и здоровье (8 ч.)				
1	Значение физических упражнений в режиме дня.	1	Беседа по теме «Различные формы физической подготовки». Задание: собери	

			картинку, подумай, для чего необходимо быть здоровым человеком.	
2	Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.	1	Игра "Верно-неверно". Беседа с использованием презентации «Личная гигиена». Сказка о микробах. Мини-тест.	
3	Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания.	1	Рассказ учителя + презентация «Закаливание организма». Запись в тетрадь. Игра с мячом «Лови и отвечай». Задание: «Анаграммы». Таблица «Приемы закаливания и средства»	
4	Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.	1	Беседа с опорой на знания учащихся. Рассказ учителя. Работа в тетради. Работа на доске.	
5	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1	Вступительная беседа. Карточка-задание «Отгадай и назови»	
6	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	1	Рассказ учителя, просмотр презентации. Самостоятельная работа в тетради. Работа с таблицей «Гигиена зрения».	
7	Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	1	Дидактическая игра «Полезно-вредно». Задание: Что мы можем определить с помощью органа зрения? рассказ с элементами беседы, работа в парах, самостоятельная работа с раздаточным материалом, демонстрация презентации, сообщения учащегося.	
8	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	1	Практическая работа: Работа с таблицей «Гигиена зрения». Памятка «Береги глаза от травм»	
Одежда и обувь (9 ч.)				
9	Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.	1	Сообщения учащихся на тему урока. Игра: «Закончи предложение». Игра – путаница «Где и что покупают».	
10	Определение собственного размера одежды.	1	Игра «Угадай товар». Систематизация опорных знаний. Игра: «Совершенно верно»	
11	Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.	1	Игра «Назови детали своего изделия». Игра с мячом «Назови ласково». Игра «Одевайся	

			правильно»	
12	Практическая работа: Мелкий ремонт одежды. Пришивание пуговиц.	1	Рассказ учителя с заданием: «Прослушайте и сформулируйте основные правила ухода за одеждой». Игра «Верите ли вы?»	
13	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	1	Встреча с куклой-замарашкой. Просмотр мульт-ма «Маша и медведь» серия «Большая стирка». Игра с прищепками «Развесим белье».	
14	Правила сушки белья из различных тканей.	1	Проблемная ситуация. Задание на сортировку по картинке. Работа с раздаточным материалом. Упр. На определение последовательности ухода за одеждой.	
15	Утюжка белья, брюк, различной одежды.	1	Беседа с использованием презентации. Дидактическая игра «Одежда по сезону». Составление схемы (бытовая, форменная, спортивная, производственная). Работа с утюгом.	
16	«Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.	1	Беседа с использованием презентации. Задание на классификацию «Разложи картинки». Физминутка «Вот портной наш шить устал». Дид.игра «Что перепутал художник».	
17	Подбор аксессуаров к одежде.	1	Дидактическая игра «Одеваем Машу». Упражнение «Исправь ошибки»	
Питание (13 ч.)				
18	Основные отделы в продуктовых магазинах.	1	Беседа «Зачем мы ходим в магазин? Как нужно вести себя в магазине?» Игра на классификацию. Практическая работа «Продуктовая корзина».	
19	Специализированные магазины.	1	Продолжить знакомство с профессией продавца. Упр.: соедини точки, узнай, какой товар привезли. Словарная работа.	
20	Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	1	Работа в тетради. Тест. Игра «Знаток», «Поварята», «Магазин»	
21	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью	1	Игра «Пословицы запутались». Подсчитать стоимость продуктов. Подбор продуктов для приготовления борща.	

	продавца и самообслуживание).			
22	Молочные продукты для холодного завтрака.	1	Беседа о технологии приготовления блюд из молока. Карточка «Из чего готовят омлет»	
23	Горячий завтрак. Каши. Практическая работа: сервировка стола и заваривание чая.	1	Беседа «Роль завтрака в жизни человека». Презентация «Блюда из круп».	
24	Виды круп. Хранение круп.	1	«Рассказ учителя с презентацией «Виды круп полученных из различных злаковых». Дети заполняют таблицу в тетради.	
25	Обед. Прозрачные супы. Напитки холодные и горячие. Приготовление третьих блюд.	1	Игра «Полезные и неполезные продукты». Рассказ учителя «Классификация блюд». Работа с пословицами. Физминутка «Варим щи». Подбор посуды для приготовления и подачи различных блюд.	
26	Полдник. Составление и запись рецептов изделий из теста.	1	Беседа «Чем можно утолить жажду». Работа с пословицами (соединить части). Дид.игра «Какой сок?» Работа с инструкционной картой «Сервировка стола». Презентация «Составление меню».	
27	Приготовление оладий и блинов изделий из недрожевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.	1	Лабораторная работа. Цель: выявить различия в изделиях из различных видов теста. Работа с таблицами. Цель: сформировать знания о составе различных видов теста.	
28	Составление меню для холодного ужина.	1	Кроссворд «Продукты питания». Составление сбалансированного меню на день, неделю. Работа с таблицей калорийности блюд.	
29	Отбор продуктов для холодного ужина.	1	Эстафета «Вкусный суп». Викторина «Овощи и фрукты в литературе». Игровая ситуация «А что в мешочке?»	
30	Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.	1	Игра «Волшебный мешочек». Работа с таблицей. Презентация «Что нам может сказать упаковка?»	
Семья (8 ч.)				
31	Закон о семье и браке.	1	Беседа «Семейная фотография». Загадки про семью. Игра «Лаковое словечко». Упр. «Определи родственную связь»	

32	Условия создания семьи.	1	Дифференцированная работа. Упражнение «Четвёртый лишний?»	
33	Необходимость разумной смены работы и отдыха.	1	Работа со стихотворением Ш.Галиева «Плачет братик в колыбели». Дид.игра «Помощники в семье». Интерактивная игра для девочек «Забота о малышах»	
34	Отдых и бездеятельность.	1	Беседа, сопровождающаяся схемами, заданиями. Игра «Кто быстрее и правильнее». Работа в тетради.	
35	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.	1	Фронтальная работа. Научить различать понятия «досуг», «отдых». Анкета «Семейный досуг». Ребус. Игра «Ассоциация».	
36	Семейные отношения.	1	Задание: «Как надо вступать в брак?» Вычеркни лишние слова. Ролевая игра. Словарная работа.	
37	Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета.	1	Упражнение «Дерево чувств». Притча. Беседа «Что такое обязанности?». Практическая работа: «Распределение обязанностей в семье».	
38	Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи домашней деятельностью.	1	Практическое задание «Хватит ли зарплаты на месяц?». Минутка правового воспитания. Работа с таблицами «Виды кредитов», «Виды страхования»	
Жилище (10 ч.)				
39	Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.).	1	Советы от Золушки (читает ученица, учащиеся следят). Работа по карточкам. Индивидуальная работа учащихся. Игра: «Закончи предложение».	
40	Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат.	1	Коррекционная игра «Убери лишнее слово». Работа с пословицами. Работа с загадками. Практическая работа.	
41	Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность.	1	Загадки на тему интерьера. Игра «Какая это комната?» Задание: Подберите карточку с изображением мебели к карточке с названием комнаты. Докажите правильность выбранных вами вещей.	
42	Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения,	1	Презентация «Виды мебели и её назначение». Дидактическая игра «Подбери мебель». Пальч.	

	внешнего оформления, соотношения цены и качества).		гимнастика «Мебель». Сюжетная игра «Покупаем мебель»	
43	Правила техники безопасности использования электробытовых приборов.	1	Д/игры: «Ток бежит по проводам», «Помогаем маме», «Собери картинку», «Четвёртый лишний»; рассматривание альбомов, отгадывание загадок.	
44	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.	1	Просмотр мультфильма «Федорино горе». Дид. игра «Ваши помощники» - выбрать необходимое для поддержания чистоты и порядка в доме. Физминутка «Прибираем в доме»	
45	Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.	1	Выставка моющих средств. Сообщение по теме «Как устранить запах из холодильника». Словарная работа. Просмотр мультипликационного фильма «Приключения Фиксиков» «Пылесос».	
46	Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства.	1	Практическая работа «Поможем Золушке справиться с уборкой».	
47	Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены.	1	Задание: Выберите приспособления для мытья пола в кухне. Дидактическая игра «Соедини стрелками». Игра «Распредели предметы для работы».	
48	Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	1	Презентация: «Уход за домашними животными». Карточки с заданием «Что ест кошка, что ест собака». Работа в рабочей тетради.	
Транспорт (6 ч.)				
49	Вокзалы: назначение, основные службы.	1	Игра «Найди ошибку». Презентация «Специальный транспорт». Беседа-рассуждение «Личный транспорт - большая ответственность».	
50	Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	1	Этюд «Покупка билета». «Что это за машины?» (логические задачи). Выполним тест «Транспортное средство».	
51	Междугородный железнодорожный транспорт. Ж/д-вокзал и	1	Урок-игра. Просмотр видеоклипа «Вокруг света». Дид.игра «Найди лишний».	

	его службы.		Подвижная игра «Мы – путешественники»	
52	Типы поездов. Виды пассажирских вагонов.	1	Беседа с использованием презентации «Виды вагонов». Викторина «На чем ездили сказочные герои?» Упр. «Раскрась заданный тип поезда»	
53	Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.	1	Беседа «Разные опасности - техногенные, незнакомый человек». Игра на внимание «Запрещенное движение». Дид.игра «Я знаю»	
54	Экскурсия на ж/д-вокзал	1	Экскурсия. Инструктаж по правилам поведения.	
Предприятия, организации, учреждения (3 ч.)				
55	Муниципальные власти. Структура, назначение.	1	Актуальное интервью. Игра «Да» или «Нет». Игра "Волшебный конверт.	
56	Дошкольные образовательные учреждения.	1	Ролевая деловая игра. Аукцион знаний. Презентация «Детские учреждения».	
57	Центры культуры и досуга.	1	Сюжетно - ролевая игра «Я записываюсь в кружок при ДДТ». Практическая работа.	
Средства связи (3 ч.)				
58	Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.	1	Беседа «Виды корреспонденции». Чтение и анализ стихотворения С.Михалкова «Почта». Игра «Сортировщики». Пальчиковая гимнастика «Что принес нам почтальон».	
59	Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной).	1	Беседа «Что мы знаем об Интернете? Безопасность. Skype – возможность общаться на расстоянии»	
60	Сотовые компании, тарифы.	1	Решение ребусов. Дидактическая игра «Соедини стрелками». Изучение буклетов различных провайдеров.	
Охрана здоровья (6 ч.)				
61	Функции основных врачей-специалистов.	1	Сообщения учащихся. Задание - «Кто лечит». Задание -восстановите пословицы.	
62	Домашняя аптечка. Назначение и хранение домашней аптечки.		Презентация «Домашняя аптечка (её состав). Назначение и хранение домашней аптечки». Таблицы: «План укладки средств в аптечку», «Правила хранения лекарств»; перфокарта «Классификация лекарств»	

63	Меры профилактики различных заболеваний.	1	Работа в тетради по мере объяснения материала. Работа по карточкам. Задание: Прочитай, расставь стрелки в нужном направлении.	
64	Уход за больным. Доврачебная помощь.	1	Анализ ситуации – чтение стихотворения С. Михалкова «Поднялась температура...» Работа по карточкам. Ролевая игра.	
65	Респираторные заболевания. Практическая работа: измерение температуры.	1	Упражнение в измерении температуры. Памятка «Что нужно делать», «Что делать нельзя».	
66	Первая помощь при травмах, ушибах, вывихах, переломах.	1	Игра-тест «Закончи фразу». Беседа-практикум с фельдшером школы.	
Повторение пройденного (2ч.)				
67	Контрольная работа.	1	Тестирование.	
68	Урок-путешествие по станциям ОСЖ.	1	Игры. Конкурсы.	

Календарно-тематическое планирование.

8 класс 68 часа (2 ч. в неделю)

№ п/п	Название темы	Количество часов	Основные виды учебной деятельности	Дата проведения
Введение (1 ч.)				
1	Диагностика.	1	Тестирование.	

Личная гигиена и здоровье (7 ч.)				
2	Негативное воздействие вредных факторов на организм человека	1	Беседа с использованием презентации (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).	
3	Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей	1	Рассказ с элементами беседы, работа в парах. Игра «Определи лишний предмет». Классификация. Ролевая игра «Косметологи». Проведение демакияжа в косметическом салоне.	
4	Практическая работа: определение типа кожи и подбор лечебных средств.	1	Практическая работа «Подбор гигиенических средств». Презентация «Влияние солнечных лучей на подростковую кожу». Игра с мячом «Лови и отвечай»	
5	Значение косметики для девушек и юношей.	1	Беседа о гигиене, правилах здорового образа жизни. Презентация «Косметика и парфюмерия».	
6	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.	1	Карточки-задания для закрепления пройденной темы «Предметы личной гигиены». Работа с тетрадью и словарем. Практическая работа. Приготовление природной натуральной косметики.	
7	Уход за ногами (уход за ногами и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.	1	Игра «Убери лишнее». Правила ухода за волосами. Словарная работа. Мини-тест.	
8	Маникюр. Уход за руками.	1	Самостоятельная работа с раздаточным материалом, демонстрация презентации, сообщение учащегося.	
Питание (13ч.)				
9	Виды питания. Диетическое питание.	1	Беседа по теме. Работа с памяткой. Упражнение «Разложи карточки по порядку», «Найди пару».	
10	Питание детей ясельного возраста.	1	Д/З нарисовать 5 полезных продуктов и 5 вредных. Д/и «3-й лишний». Конкурс-аукцион «Кто больше?»	
11	Приготовление национальных блюд.	1	Игровое упражнение «Продолжите предложение».	

			Упражнение «Из чего что приготовлено»	
12	Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.	1	Беседа по теме урока. Дидактическая игра «Что здесь можно купить». Творческая работа (создание коллажа «Витрины магазинов»)	
13	Стоимость продуктов питания.	1	Продолжить знакомство с профессией продавца. Упр.: соедини точки, узнай, какой товар привезли. Словарная работа.	
14	Расчет стоимости товаров на вес и разлив.	1	Беседа «Зачем мы ходим в магазин? Как нужно вести себя в магазине?» Игра на классификацию.	
15	Завтрак. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш.	1	Беседа по теме: «Полезные и неполезные продукты». Мини тест: (согласен +, не согласен -). Золотые правила здоровья вклеиваем в тетради, читаем.	
16	Каша, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.	1	Практическая работа «Приготовление гречневой каши на воде». Сервировка стола. Дегустация приготовленного блюда.	
17	Обед. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление.	1	Работа с таблицей (Зачеркните вредные продукты, перечислите полезные)	
18	Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.	1	Задания «Определи на вкус». Зарисовка в тетрадь «Формы нарезки овощей». Задание: Распределите указанные блюда по категориям.	
19	Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов.	1	Работа с карточками: распределите указанные продукты на 2 группы: растительная пища, животная пища. Составление технологической карты.	
20	Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.	1	Знакомство с понятиями «Продуктовая корзина», «Права потребителя». Игра «Что купить? Где купить?». Упр. «Читаем кассовый чек»	
21	Праздничный стол. Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.	1	Презентация по теме «Меню и сервировка праздничного стола». Подвижная игра. «Разложи по полочкам».	
Семья (9 ч.)				
22	Основы семейных отношений и досуг в семье.	1	Работа со словарём. Игра с мячом «Давайте справедливо распределим обязанности в	

			семье». Карточки. Работа с текстом «Как появилась семья?»	
23	Семейные праздники. Прием гостей.	1	Работа с учебником. Парная работа (конверты индивидуальные) Классификация праздников.	
24	Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.	1	Видеопрезентация «Семейный отдых». Игра «Едем на дачу». Буклет «Полезь бани». Работа в тетради «Дизайн садово-огородного участка». Игра «Угадай в какой сказке».	
25	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	1	Работа с карточками «Домашние расходы». Презентация «Элементы домашней экономики». Работа с таблицей «Основные статьи расходов семьи». Упр. «Закончи предложение...»	
26	Определение суммы доходов семьи на месяц.	1	Работа с карточками «Домашние расходы». Презентация «Элементы домашней экономики». Работа с таблицей «Основные статьи расходов семьи». Упр. «Закончи предложение»	
27	Основные статьи расходов.	1	Презентация «Виды коммунальных платежей. Тарифы в регионе». П.р. Снятие показаний счётчика, расчёт стоимости, заполнение квитанций.	
28	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.	1	Тест «Текущие расходы». Беседа «Порядок планирования крупных покупок, стоимость одежды, обуви, мебели и др»	
29	Значение и способы экономии расходов.	1	Тест «Текущие расходы». Беседа «Порядок планирования крупных покупок, стоимость одежды, обуви, мебели и др.»	
30	Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.	1	Беседа с использованием презентации «История банковского дела». Проблемный вопрос «Как добиться благосостояния?»	
Жилище (9 ч.)				
31	Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме.	1	Физминутка «Кто живёт у нас в квартире». Игра «Добавь слово».	
32	Правила проживания в собственном и многоквартирном доме.	1	Памятка «Правила поведения в подъездах» (правила проживания в	

			многоквартирном доме)	
33	Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах.	1	Правовая минутка. Памятки «Правила пользования лифтом, мусоропроводом». Коммуникативный тренинг «Учимся ладить с людьми».	
34	Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.	1	Дидактическая игра «Кто что делает?» Работа с памяткой «Правила дружной семьи». Тест «Помоги маме, папе...»	
35	Кухонное белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.	1	Игра «Наши добрые дела». Демонстрация презентации «Виды кухонного белья». Физкультурная минутка. «Развесить белье». Конкурс «Кто с кем дружит».	
36	Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений.	1	Дид. игра «Ваши помощники» - выбрать необходимое для поддержания чистоты и порядка в доме. Физминутка «Прибираем в доме»	
37	Уборка санузла, ванной комнаты.	1	Беседа: «Средства и инвентарь для уборки квартиры. Памятка «Последовательность». Презентация «Химические средства для чистки сантехники». Физминутка «Уборка»	
38	Мебель. Уход за разными видами мебели.	1	Презентация «Виды мебели и её назначение». Дидактическая игра «Подбери мебель». Пальчиковая гимнастика «Мебель». Сюжетная игра «Покупаем мебель».	
39	Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.	1	Игра: «Что мы делали, не скажем, а что делали, покажем». Запись в тетрадь последовательности выполнения сухой и влажной уборок.	
Транспорт (3 ч.)				
40	Основные виды транспорта.	1	Урок-игра. Просмотр видеоклипа «Вокруг света». Дид.игра «Найди лишний». Подвижная игра «Мы – путешественники»	
41	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.	1	Работа в тетради «Общие правила поведения в транспорте». Знакомство с работой турагенств.	
42	Основные службы.	1	Работа с информационными	

	Основные маршруты.		картами. Рассказ, беседа, дидактическая игра.	
Учреждения, организации и предприятия (4 ч.)				
43	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	1	Настольная игра «Профессии». Словарная работа: промышленность, сельское хозяйство. Упражнение «Что изменилось?». Конспектирование.	
44	Учреждения культуры и спорта.	1	Игра «Один – много» (с мячом). Задание: Укажи стрелками.	
45	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1	Игра «Кто быстрее». Ситуативные задания.	
46	Экскурсия. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	1	Экскурсия. Инструктаж по правилам поведения в общественных местах.	
Средства связи (4 ч.)				
47	Интернет-связь. Электронная почта и ее преимущества.	1	Просмотр видеопрезентации «Возможности интернета». Задания в тетради. Блиц-опрос.	
48	Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной жизни.	1	Беседа с презентацией «Skype – возможность общаться на расстоянии»	
49	Почта. Покупки из интернет-магазинов, пересылка их почтой.	1	Подписывание конвертов (у каждого — памятка). Выполнение творческого задания. Разгадывание кроссворда.	
50	Безопасный интернет.	1	Повторение (работа по карточкам). Словарная работа. Самостоятельная работа «ЗАКОНЧИ ФРАЗУ»...	
Охрана здоровья (7 ч.)				
51	Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования.		Блиц – опрос. Упражнение «Продолжи пословицу». Задание: «Исключите лишнее». Практическая работа: Изучение полиса медицинского страхования.	
52	Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках	1	Презентация «Медицинские услуги». Работа в парах. Решение ситуационных задач в парах (микрогруппах). Выполнение заданий в тестовой форме.	

	дополнительного медицинского страхования.			
53	Первая медицинская помощь при несчастных случаях (ожогах, обморожении).	1	Беседа с использованием интерактивной презентации «Составляющие здоровья». П.р. Сюжетная игра - оказание помощи при несчастном случае.	
54	Первая медицинская помощь при несчастных случаях (тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему.	1	Беседа с элементами тренинга «Правила и приёмы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара. Правила поведения на воде. Приёмы оказания помощи спасённому из водоёма»	
55	Глистные заболевания. Меры предупреждения глистных заболеваний.	1	Беседа по презентации «Виды глистных заболеваний и меры их предупреждений». Составление картинного плана «Пути проникновения паразитов в организм человека»	
56	Укусы животных и насекомых.	1	Памятка «Меры по обеспечению личной защищённости». Игра «Верно-неверно».	
57	Психическое здоровье. Как бороться со стрессом?	1	Элементы тренинга. Упражнение «Друг к дружке». Упражнение «Откровенно говоря». Таблица «Позитивные и негативные установки». Упражнение «Слова поддержки».	
Одежда и обувь (10 ч.)				
58	Стиль одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры); раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех.	1	Выписывают предметы одежды, обуви и головных уборов. Сильный ученик составляет предложение, слабый повторяет. Работают сильные учащиеся, слабые повторяют.	
59	Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды).	1	Сильные учащиеся делают самостоятельно, слабым помогает учитель. Разрезные карточки со словами для выстраивания логических цепочек. Образец цепочки на доске.	
60	Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни и т.д.	1	Кроссворд «Украшения в одежде». Задание на карточке: «Что должно быть личным?»	
61	Глажение изделий из	1	Практическая работа по	

	различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром.		технологической карте «Правила и последовательность утюжки изделий»	
62	Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой.	1	Беседа по теме урока. Проблемный вопрос «Как продлить срок службы одежды?» Упражнение «Нарисуйте условные обозначения, опираясь на определение»	
63	Уход за шерстяными и трикотажными изделиями.	1	Упражнение «Вычеркни лишнее». Постановка проблемного вопроса. Тестирование.	
64	Уход за верхней одеждой из водоотталкивающей ткани, кожи, мехового велюра (дубленки), меха (искусственного и натурального).	1	Просмотр презентации и заполнение таблицы. Игра «Составь слово». Работа с памятками. Компьютерный тест.	
65	Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	1	Работа с таблицей "Правила выведения пятен" (из отдельных полос). Практическая часть. Оценка качества работы. Моем руки, убираем рабочее место. Работа в тетради. Выведение мелких пятен в домашних условиях. Записываем инструкции	
66	Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант.	1	Практическая работа: разделить на пары. Определение размера верхней одежды: пальто, куртки, блузки. Запись в тетрадь.	
67	Ателье индивидуального пошива одежды.	1	Просмотр видео «Как правильно определить свой размер одежды»	
Повторение пройденного (1 ч.)				
68	Контрольная работа.	1	Обобщение и контроль усвоенного материала на занятиях социально-бытовой ориентировки.	

Календарно-тематическое планирование

9 класс 68 ч. (2 час в неделю)

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды деятельности	Дата проведения
Личная гигиена и здоровье (4 ч.)				
1	Негативное влияние на организм человека вредных веществ:	1	Беседа-практикум «Как отказаться от предлагаемой сигареты и глотка алкоголя».	

	табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их		Проведение тренинг-упражнений. Задание «Раскрась курильщика».	
2	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	1	Беседа с использованием презентации. Мини-тест. Ролевая игра. Игра «Найди лишнее».	
3	Личная гигиена для девочек или «Счастье быть матерью».	1	Беседа с презентацией «Счастье материнства». Составление памятки о ЗОЖ. Просмотр социального ролика «Как не стать жертвой насилия».	
4	Гигиена юноши. Культура бритья.	1	Презентация «Как ухаживать за собой». ВидеоМК «Идеальное бритьё». Викторина по ЗОЖ. Создание коллажа «Нет вредным привычкам!»	
Одежда и обувь (11 ч.)				
5	Значение опрятного вида человека. Имидж современного человека. Дресс-код.	1	Презентация «Мода и стиль». Знакомство с понятием «Дресс-код». Работа с карточками. Записи в тетрадях.	
6	Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона, вида тканей. Особенности разных видов одежды.	1	Решение проблемной ситуации. Презентация «Деловой стиль одежды». Игра «Подбери одежду по профессии». «ЧТО ИЗ ЧЕГО?»	
7	Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	1	Работа с наглядным материалом. Классификация. Упражнение «Что изменилось?». Игра «Один – много» (с мячом).	
8	Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.	1	Просмотр видеосюжета «Правила покупок в специализированном магазине». Игра «Кто быстрее». Практическая работа по чтению товарного чека.	
9	Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя,	1	Презентация «Виды обуви». Тест на определение стиля одежды и подбор обуви. Карточка: «Найти слова (упражнение на	

	выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).		концентрацию внимания)».	
10	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.	1	Повторить правила поведения в торговом зале. Практическая работа «Определение размера одежды, обуви».	
11	Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	1	Беседа по теме урока. Проблемный вопрос «Как продлить срок службы одежды?» Упражнение «Нарисуйте условные обозначения, опираясь на определение»	
12	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей.	1	Работают с материалом в подгруппах. Отвечают на вопросы учителя, работают в тетрадях. Упражнение: «Закончи предложение».	
13	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1	Решение жизненных задач, обращение к личному опыту учащихся – социально-трудовая компетенция.	
14	Практикум. Правила и приемы глажения блузок и рубашек.	1	Составление алгоритма работы. Практическое упражнение по утюжке.	
15	Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.	1	Сообщения подготовленных учащихся. Работа с программой 2ГИС по поиску пунктов ремонта обуви. Работа в тетради.	
Питание (13 ч.)				
16	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.	1	Беседа «Пищевая ценность мяса. Виды мяса. Определение свежести мяса. Первичная обработка мяса». Игра с карточками: «Знаешь ли ты рецепты блюд из мяса?»	
17	Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения.	1	Рассказ учителя. Составление технологической карты. Кроссворд. Проблемное задание(карточки и конверты на каждого ребёнка). Коррекционное упражнение на логическое мышление“Исключи лишнее”.	

	Места для хранения жиров и яиц.			
18	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.	1	Проблемный вопрос: КАК круглый год разнообразить семейный стол дешевыми полезными продуктами? ЧТО позволяет сохранить продукты их длительное время без порчи?	
19	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.	1	Работа с таблицами: “Первичная обработка круп”, “Последовательность приготовления каши”, “Требования к готовому блюду»	
20	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.	1	Беседа «Что значит правильно питаться?». Сбор и сортировка коллекционных материалов. Работа с таблицей: «Разнообразиие продуктов». Записи в тетрадях.	
21	Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	1	Игра: «Лишнее слово». Составление технологической карты. Дидактическая игра «Волшебный мешочек». Словарная работа.	
22	«Сладкий стол».	1	Работа со списком покупок. Дидактическая игра «Супермаркет». Правила этикета. Сценка. Памятка «Десерты».	
23	Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов.	1	Работа в тетради. Работа с таблицей «Консервирование овощей». Составление технологической карты.	
24	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении.	1	Работа с памяткой. Упражнение «Разложи карточки по порядку». Презентация «Пищевые отравления».	
25	Варенье из ягод и фруктов.	1	Дидактическая игра «Из чего варенье?». Презентация «Виды консервирования». Физминутка «Делаем запасы на зиму».	
26	Качество продуктов.	1	Беседа с использованием	

	Коды пищевых добавок.		презентации «Правильное питание». Игра «Вредно – полезно».	
27	Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.	1	Практические работы: «Сервировка праздничного стола», «Составление меню для праздничного стола».	
28	Этикет праздничного застолья.	1	Рассказ-описание, презентация «Правила и приемы ухода за посудой и помещением». Игра «В чем подадим». Работа в тетради (классификация).	
Семья (7 ч.)				
29	Заключение брака.	1	Беседа об основах образования семейного союза. Практическая работа с Конституцией Гражданским и Семейным кодексом РФ. Презентация «Что необходимо для создания семьи».	
30	Ответственность родителей за будущее ребенка.	1	Дидактическая игра «Кто что делает?» Работа с памяткой «Правила дружной семьи». Тест «Помоги маме, папе...»	
31	Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством.	1	Знакомство с законами, регламентирующими родительское поведение. Словарная работа: жестокое обращение, беспризорность, лишение родительских прав, социальное сиротство.	
32	Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Беременность, роды.	1	Решение ситуативных жизненных задач. Памятка «10 правил общения с пожилыми людьми». Работа по карточкам «Установи родственные связи»	
33	Семейный уклад с появлением новорожденного в семье, распределение обязанностей.	1	Беседа «Моя семья – пример для меня». Сюжетно-ролевая игра «Вечер в твоей семье».	
34	Грудной ребенок в семье: уход, питание новорожденного, детский гардероб, необходимое оборудование и приспособления.	1	Анкета «Моя будущая семья. Какой я её представляю». Правила ухода за грудным ребенком. Практикум «Пеленание».	
35	Развитие ребенка раннего возраста.	1	Беседа «Уход за маленькими детьми». Презентация «Ребенок – ответственность». Упр. «Как мы растем?»	

Жилище (10 ч.)

36	Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.	1	Игра «Назови одним словом: какой дом?». Найди и обведи лишние предметы. Работа по рисунку. Творческая игра. Практическая работа.	
37	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	1	Упражнение на развитие зрительного внимания и памяти. Просмотр видеоролика «Домашние животные». Дидактическая игра «Кто чем питается?». Упражнение «Деревенский дворик на память». Дидактическая игра «Кому, что нужно для работы?»	
38	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.	1	Задание: «Подчеркни то, что считаешь правильным». Работа с инструкцией. Работа в тетради. Тест.	
39	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.	1	Кроссворд «Грызуны». Игра «Правда-неправда». Игра «Мышиная мозаика». Викторина «Пословицы и поговорки». Тест.	
40	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.	1	Диафильм «Вредители сельскохозяйственных культур и меры борьбы с ними». Работа в тетради. Практическая работа: изготовление приманки.	
41	Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.	1	Проверка домашнего задания (тест). Таблица «Отрицательное значение насекомых для человека»	
42	Уход за различными видами напольных	1	Карточки-задания по теме «Уборка помещений» (пазлы).	

	покрытий.		Натуральные демонстрационные образцы покрытий полов (кафеля, ламината, линолеума, дерева).	
43	Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения.	1	Виды обоев: бумажные, флизелиновые; виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида; самостоятельное изготовление клейстера.	
44	Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения и т.д.). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев.	1	Беседа «Чистота – залог здоровья». Презентация «Ремонт косметический и капитальный». Дидактическая игра «Что здесь можно купить?». Творческая работа (создание коллажа «Витрины магазинов»).	
45	Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.	1	Видеопрезентация «Виды ремонта». Игра «Кто внимательней?». Таблица «Расчет затрат на косметический ремонт». Кроссворд.	
Транспорт (2 ч.)				
46	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Службы аэровокзала.	1	Урок-игра. Просмотр видеоклипа «Вокруг света». Дид.игра «Найди лишний». Подвижная игра «Мы – путешественники»	
47	Порядок приобретения билета и их возврат.	1	Беседа. Презентация «Разные опасности – техногенные, опасные люди». Игра на внимание «Запрещенное движение».	
Средства связи (2 ч.)				
48	Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	Проверка д/з по перфокартам. Памятка «Правила заполнения бланка почтового перевода». Найди отличия: Объясни отличие бандероли от посылки.	
49	Сотовые компании, тарифы. Роуминг.	1	Динамическая пауза «Телефонный разговор». «Определи, кто с кем разговаривает?»	
Предприятия обслуживания населения (6 ч.)				

50	Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.	1	Урок-семинар.	
51	Предприятия бытового обслуживания: «остекление», «ремонт квартир». Практическая работа: поиск нужного предприятия мастера.	1	Беседа и просмотр презентации. Работа в тетради. Игра «Что мы знаем и умеем».	
52	Трудоустройство. Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу.	1	Знакомство с формами, бланками трудового договора. Презентация. Практическая работа составлению примерного ТД. Физминутка «Я работник хоть куда...»	
53	Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства.	1	Просмотр видеоролика «Навигатум» по теме урока. Составление памятки. Сравнение преимуществ и недостатков временной и постоянной трудовой занятости.	
54	Государственная служба занятости населения: назначение, функции. Правила постановки на учет.	1	Памятка «Порядок обращения на биржу труда». Практическая работа «Определение качеств личности, необходимых для выбранной профессии»	
55	Госуслуги.	1	Знакомство с сайтом «Госуслуги». Таблица. Тест «Какое профессиональное направление мне подходит»	
Охрана здоровья (11ч)				
56	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1	Индивидуальное сообщение. Кроссворд (на экране). Работа в тетради. Практическая работа. Сценка.	
57	Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»).	1	Рассказ учителя. Усвоение новых знаний. Практический показ обучающимся. Работа с текстом. Памятка «Наружное кровотечение». Упражнение «Филин». Карточка. Из данных букв выделите слова /подчеркнуть/.	
58	Профилактические	1	Беседа «Я здоровье берегу...».	

	средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Виды, названия, способы хранения.		Просмотр видеоролика «Профилактика заболеваний». Акция «Сердце для жизни».	
59	Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1	Встреча с школьным фельдшером. Презентация. Практикум «Порезы, ожоги». Работа с таблицей. Практическая работа.	
60	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.		Сюжетная игра – «Больной в доме». Уход за ним: измерение температуры и запись, чтение инструкции показаний и применения лекарства, составление графика приема.	
61	Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Госпитализация. Амбулаторный прием.	1	Презентация «Способы распространения инфекционных заболеваний». Упр.: соедини стрелками... Практическая работа.	
62	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.	1	Виды «Листа нетрудоспособности». Памятка, санбюллетень «Это надо знать!»	
63	Забота о здоровье. Профилактика различных заболеваний. Диспансеризация. Обследование.	1	Карточки-лото, фишки, кроссворд “Заболевание”. Анализ раздаточных материалов.	
64	Сезонные заболевания.	1	Экскурсия в медкабинет. Анализ возникающих проблемных ситуаций.	
65	Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению.	1	Выполнение упражнений по разграничению понятий. Просмотр познавательных фильмов.	
66	Самолечение и его негативные последствия.	1	Фронтальный опрос по вопросам. Рассказ учителя(сопровождается презентацией).	
Итоговые занятия (2ч)				
67	Итоговые контрольные тесты.	1	Проверка жизненных компетенций, необходимых для социализации выпускников.	
68	Урок-праздник.	1	Игры, конкурсы.	

Материально-техническое обеспечение.

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Интерактивная доска
- Цифровые образовательные ресурсы
- Интернет-ресурсы:
- http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/d77a57c0-8cff-11db-b606-0800200c9a66/x11_099.swf- те
- www.openclass.ru
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/>

<http://old.internet-school.ru> (интернет-школа просвещение.ru)

- www.skillopedia.ru (видеоуроки)
- <http://festival.1september.ru/>
- Компьютерные презентации к урокам

Список использованной литературы

1. *Бгажнокова И.М.* Психология умственно отсталого школьника. М., 1987.
2. *Бейкер Б., Брайтман А.* Обучение детей бытовым навыкам: Путь к независимости /Пер, и ред. А. Битова. Обнинск, 1999.
3. *Выготский Л.С.* Проблемы дефектологии. М., 1995.
4. *Выготский Л.С.* Проблемы умственной отсталости. М., 1983.
5. *Тин А.А.* Приемы педагогической техники. 4-е изд. М., 2002.
6. *Дементьева Н.Ф.* Роль семьи в воспитании и обучение детей с особыми нуждами. М., 1996.
7. *Дульнев Г.М.* Учебно-воспитательная работа во вспомогательной школе. М., 1967.
8. *Забрамная С.Д.* Методические указания к психолого-педагогическому изучению детей-имбецилов. М., 1979.
9. *Занков Л.В.* Вопросы психологии учащихся вспомогательной школы. М., 1954.
10. *Иванов Е.С, Исаев Д.Н.* Что такое умственная отсталость: Руководство для родителей. СПб., 2000.
11. *Коррекционно-образовательная программа для детей с выраженными интеллектуальными нарушениями.* СПб., 1996.
12. *Кристен У.* Поддерживающая коммуникация / Пер. с нем. // Обучение и развитие детей и подростков с глубокими умственными и множественными нарушениями. Псков, 1999.
14. *Лурия А.Р.* Умственно отсталый ребенок. М., 1960.
15. *Маллер А.Р.* Ребенок с ограниченными возможностями: Книга для родителей. М., 1996.
16. *Маллер А.Р.* Социально-трудовая адаптация глубоко умственно отсталых детей. М., 1990.
17. *Маллер А.Р.* Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2000.
18. *Маллер А.Р., Цикото Г.В.* Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с глубокими нарушениями интеллекта. М., 1998.
19. *Маллер А.Р., Цикото Г.В.* Основные принципы коррекционно-воспитательной работы с глубоко умственно отсталыми детьми //Дефектология. М., 1984. № 1
20. *Мнухин С.С., Исаев Д. Н.* О процессах адаптации при олигофрении//Восстановительная терапия и социально-трудовая адаптация. Л., 1965.
21. *Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова* Социально-Бытовая Ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида.