

Приложение № 1 к Адаптированной основной
общеобразовательной программе –
образовательной программе обучающихся
с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
МАОУ СОШ №3 (утвержденной приказом
МАОУ СОШ № 3 от 01.06. 2020 г. № 55/2-Д)

**Адаптированная рабочая программа
учебного предмета
«Основы социальной жизни»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
5-9 классы**

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения с обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП оцениваются как итоговые на момент завершения образования.

Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: **личностных и предметных**.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значение для здорового образа жизни человека;
- уметь приготовить несложные виды блюд;
- иметь представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления

пищи;

- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторые правила ухода за ними;
- уметь соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и уметь их выполнять;
- знать названия торговых организаций, их виды и назначение;
- уметь совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;
- иметь представление о различных видах средств связи;
- знать и соблюдать некоторые правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях)

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный.**

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) Организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП (вариант 2).

Минимальный уровень:

представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя; представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения; совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

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

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания; составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук.

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

2. Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

Здоровый образ жизни — требование современного общества.

Значение здоровья в жизни и деятельности человека. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.

Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).

Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека, последующие поколения.

Здоровье и красота. Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены для девушек (виды, правила пользования).

Охрана здоровья

Виды медицинских учреждений: поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.

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.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.

Жилище

Общее представление о доме. 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.

Планировка жилища. Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.

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

Кухонная утварь. Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены. Столовые приборы: назначение, правила ухода. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.

Национальные виды кухонной посуды.

История возникновения и развития кухонной утвари.

Кухонное белье: виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья.

Кухонная мебель. Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание.

Ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режимы стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты, характеристика машины, цены).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в зависимости от ее назначения. 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.

Магазины по продаже различных видов мебели. Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления, соотношения цены и качества).

Интерьер. Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность. Рациональная расстановка мебели в помещении в зависимости от функционального назначения комнаты, площади, наличия мебели. Композиция интерьера: расположение и соотношение составных частей интерьера: мебели, светильников, бытового оборудования, функциональных зон. Соблюдение требований к подбору занавесей, светильников и других деталей декора.

Уход за жилищем. Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.

Ремонтные работы в доме. Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Виды обоев: бумажные, флизелиновые; виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида; самостоятельное изготовление клея. 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.

Одежда и обувь

Одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.

Уход за одеждой. Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. 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.

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

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.

Стиль одежды. Определение собственного размера 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.

История возникновения одежды. Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.

Национальная одежда.

Обувь. Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером. Соотношение размеров обуви в стандартах разных стран. Факторы, влияющие на выбор обуви: удобство (практичность) и эстетичность. Правила подбора обуви к одежде. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

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

Национальная обувь.

Уход за обувью. Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.

Ремонт обуви в специализированных мастерских.

История появления обуви. Обувь в разные исторические времена.

Питание

Организация питания семьи. Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

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

Завтрак. Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канале. Приготовление бутербродов.

Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.

Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц.

Напитки для завтрака.

Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.

Обед. Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.

Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.

Мясные блюда (виды, способы приготовления). Приготовление котлет из готового фарша. Жарка мяса.

Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная.

Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары.

Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление оладий и блинов изделий из недрожжевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование продуктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Виды питания. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.

Праздничный стол. Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.

Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени. Этикет праздничного застолья.

Блюда национальной кухни.

Транспорт

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

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

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

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

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда.

Средства связи

Почта. Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправок: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь). Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта и ее преимущества. Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость отправления денежного перевода.

Предприятия, организации, учреждения

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

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

Организации. Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.

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.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья

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

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

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

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

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.

Будущая семья. Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.

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.

3. Тематическое планирование

5 класс (34 часа)

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1	Вводное занятие	1 час
2	Личная гигиена	4 часа
3	Одежда и обувь	5 часов
4	Питание	13 часов
5	Жилище	5 часов
6	Транспорт	3 часа
7	Торговля	3 часа

Поурочное планирование, 5 класс

№ П/ П	Тема урока	Кол-во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Кален. срок	
				план	факт
1.	Вводное занятие. Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ		урок- беседа		
2.	Личная гигиена. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека		урок изучения нового материала		
3.	Правила и приемы ухода за органами зрения. Уход за глазами. Практическая работа		практическая работа		
4.	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых		комбинированный		
5.	Одежда и обувь. Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке		урок изучения нового материала		
6	Практическая работа. Пришивание пуговиц		практическая работа		
7	Правила и приемы ручной стирки из х/б тканей		практическая работа		
8	Утюг. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток		практическая работа		
9	Питание. Гигиена приготовления пищи.		урок изучения нового материала		
10	Выбор продуктов. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи		комбинированный		
11	Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов		экскурсия		
12	Правила безопасной работы на кухне. Инструктаж по ТБ		урок-беседа		
13	Приготовление каши на молоке. Практическая работа		практическая работа		
14	Заваривание чая. Практическая работа		практическая работа		
15	Приготовление омлета. Практическая работа		практическая работа		
16	Семья .Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность		урок изучения нового материала		
17	Права и обязанности каждого члена семьи		комбинированный		

18	Культура поведения. Правила поведения в общественных местах: - в кинотеатре; - в библиотеке		комбинированный			
19	Жилище. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению		урок изучения нового материала			
20	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения		практическая работа			
21	Уборка помещения. Практическая работа		практическая работа			
22	Пылесос. Уход за мебелью		практическая работа			
23	Транспорт. Городской транспорт. Оплата проезда: (разовый проездной, проездной единый билет)		урок изучения нового материала			
24	Автостанция. Пригородные автобусы. Расписание.		комбинированный			
25	Торговля. Магазины промышленных товаров и их отделы		урок изучения нового материала			
26	Экскурсия в магазин		экскурсия			
27	Средства связи. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение		урок изучения нового материала			
28	Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, посылка, перевод)		комбинированный			
29	Виды писем. Написание адреса на почтовых конвертах		практическая работа			
30	Медицинская помощь. Виды медицинской помощи: «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация		урок изучения нового материала			
31	Экскурсия в аптеку. Товар по рецепту		экскурсия			
32	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, регистраторы, и др.		комбинированный			
33	Учреждения, организации и предприятия. Дошкольные учреждения – детские сады с ясельной группы и без нее		комбинированный			
34	Повторение изученной темы		Обобщающее повторение			

6 класс (34 часа)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие	1 час
2	Личная гигиена	3 часа
3	Одежда и обувь	4 часа
4	Питание	7 часов
5	Семья	3 часа
6	Жилище	4 часа
7	Транспорт	2 часа
8	Торговля	2 часа
9	Средства связи	3 часа
10	Медицина	3 часа
11	Учреждения организации и предприятия	2 часа

Поурочное планирование, 6 класс

№ П/ П	Тема урока	Кол-во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Кален. срок	
				план	факт
1.	Вводное занятие. Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ		урок- беседа		
2.	Личная гигиена. Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека		урок изучения нового материала		
3.	Правила и приемы ухода за органами зрения. Уход за глазами. Практическая работа		практическая работа		
4.	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых		комбинированный		
5.	Одежда и обувь. Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке		урок изучения нового материала		
6	Практическая работа. Пришивание пуговиц		практическая работа		
7	Правила и приемы ручной стирки из х/б тканей		практическая работа		
8	Утюг. Утюжка фартуков, косынок, носовых платков, салфеток		практическая работа		

9	Питание. Гигиена приготовления пищи.		урок изучения нового материала		
10	Выбор продуктов. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи		комбинированный		
11	Экскурсия в продуктовый магазин, наблюдение за выбором продуктов		экскурсия		
12	Правила безопасной работы на кухне. Инструктаж по ТБ		урок-беседа		
13	Приготовление каши на молоке. Практическая работа		практическая работа		
14	Заваривание чая. Практическая работа		практическая работа		
15	Приготовление омлета. Практическая работа		практическая работа		
16	Семья .Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность		урок изучения нового материала		
17	Права и обязанности каждого члена семьи		комбинированный		
18	Культура поведения. Правила поведения в общественных местах: - в кинотеатре; - в библиотеке		комбинированный		
19	Жилище. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению		урок изучения нового материала		
20	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения		практическая работа		
21	Уборка помещения. Практическая работа		практическая работа		
22	Пылесос. Уход за мебелью		практическая работа		
23	Транспорт. Городской транспорт. Оплата проезда: (разовый проездной, проездной единый билет)		урок изучения нового материала		
24	Автостанция. Пригородные автобусы. Расписание.		комбинированный		
25	Торговля. Магазины промышленных товаров и их отделы		урок изучения нового материала		

26	Экскурсия в магазин		экскурсия		
27	Средства связи. Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение		урок изучения нового материала		
28	Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, посылка, перевод)		комбинированный		
29	Виды писем. Написание адреса на почтовых конвертах		практическая работа		
30	Медицинская помощь. Виды медицинской помощи: «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация		урок изучения нового материала		
31	Экскурсия в аптеку. Товар по рецепту		экскурсия		
32	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, регистраторы, и др.		комбинированный		
33	Учреждения, организации и предприятия. Дошкольные учреждения – детские сады с ясельной группой и без нее		комбинированный		
34	Повторение изученной темы		Обобщающее повторение		

7 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Введение	1 час
2	Личная гигиена	2 часа
3	Одежда и обувь	3 часа
4	Питание	7 часов
5	Семья	2 часа
6	Транспорт	2 часа
7	Культура поведения	2 часа
8	Жилище	4 часа
9	Торговля	2 часа
10	Средства связи	3 часа
11	Учреждения организации и предприятия	3 часа

12	Медицина	3 часа
----	----------	--------

Поурочное планирование, 7 класс

№ П/ П	Тема урока	Кол-во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Кален. срок	
				план	факт
1.	Введение. Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ		урок- беседа		
2.	Личная гигиена. Особенности личной гигиены в жизни подростка		урок изучения нового материала		
3.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные		практическая работа		
4.	Одежда и обувь. Виды штопки. Ремонт одежды и обуви		комбинированный		
5.	Использование бытовой техники при стирке белья из х/б тканей.		комбинированный		
6	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной		комбинированный		
7	Питание. Приготовление первых и вторых блюд		практическая работа		
8	Составление меню к обеду		практическая работа		
9	Сервировка стола.		комбинированный		
10	Пользование мясорубкой.		практическая работа		
11	Приготовление щей из свежей капусты		практическая работа		
12	Приготовление плова		практическая работа		
13	Приготовление киселя		практическая работа		
14	Семья. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми – умывание, одевание, обувание, причесывание		урок изучения нового материала		
15	Помощь родителям и воспитателям в соблюдении чистоты в школе, интернате, дома		практическая работа		
16	Транспорт. Междугородный железнодорожный транспорт		урок изучения нового материала		
17	Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения билетов		комбинированный		

18	Культура поведения. Правила приема приглашения в гости и формы отказа		комбинированный		
19	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки		практическая работа		
20	Жилище. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения		практическая работа		
21	Сухая и влажная уборка помещения		практическая работа		
22	Пользование пылесосом и уход за ним		практическая работа		
23	Мытье полов		практическая работа		
24	Торговля. Универмаги и универсамы, их назначение		комбинированный		
25	Экскурсия в магазин		экскурсия		
26	Средства связи . Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка.		урок изучения нового материала		
27	Заполнение бланков на упаковку		практическая работа		
28	Экскурсия на почту		экскурсия		
29	Учреждения, организации и предприятия. СХТ. Значение для жителей		комбинированный		
30	Экскурсия в « Бортъ».		экскурсия		
31	Экскурсия в СХТ		экскурсия		
32	Медицинская помощь. Виды доврачебной помощи: уход за больным, измерение температуры		комбинированный		
33	Первая медицинская помощь при травмах: наложение повязки на раны		Практическая работа		
34	Экскурсия в больницу		экскурсия		

8 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие	1 час
2	Личная гигиена	1 час
3	Одежда и обувь	3 часа
4	Питание	7 часов
5	Семья	1 час

6	Транспорт	5 часов
7	Культура поведения	2 часа
8	Жилище	2 часа
9	Торговля	2 часа
10	Средства связи	2 часа
11	Медицина	3 часа
12	Учреждения и организации	1 час
13	Экономика домашнего хозяйства	4 часа

Поурочное планирование, 8 класс

№ П/П	Тема урока	Кол- во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Кален. срок	
				план	факт
1.	Вводное занятие. Беседа о содержании и значении ОСЖ.		урок-беседа		
2.	Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека		уроки изучения нового материала		
3	Одежда и обувь Уход за одеждой		урок изучения нового материала		
4	Стирка изделий из шерсти и синтетики		практическая работа		
5	Химчистка. Практическая работа		практическая работа		
6	Питание. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи		Урок-беседа		
7	Тесто. Виды теста		практическая работа		
8	Правила приготовления блинов		комбинированный		
9	Приготовление пресного теста		комбинированный		
10	Нарезка овощей, зелени и фруктов. Соление.		практическая работа		
11	Заготовка продуктов на зиму.		практическая работа		
12	Запись рецептов заготовок		практическая работа		
13	Семья. Грудной ребенок в семье: кормление, пеленание		практическая работа		
14	Купание, одевание грудного ребенка Практическая работа		практическая работа		
15	Практическая работа. Мытье детской посуды, игрушек		практическая работа		
16	Транспорт. Междугородный автотранспорт.		уроки изучения нового материала		
17	Культура поведения Культура общения юноши и девушки		уроки изучения нового материала		
18	Внешний вид молодых людей		практическая работа		

19	Жилище. Уборка кухни, санузла, ванны.		урок изучения нового материала		
20	Мытье кафельных стен и ванны. Практическая работа		практическая работа		
21	Торговля Рынки. Виды рынков		комбинированный		
22	Экскурсия в магазин.		экскурсия		
23	Средства связи. Виды телефонной связи.		комбинированный		
24	Культура разговора по телефону		практическая работа		
25	Медицинская помощь. Медицинская помощь при несчастном случае (ожог)		комбинированный		
26	Первая помощь при несчастном случае (обморок)		практическая работа		
27	Первая помощь при несчастном случае (отравление)		практическая работа		
28	Учреждения, организации, предприятия. Госучреждения и их назначение		урок-беседа		
29	Экономика домашнего хозяйства. Источники дохода: пенсия, детское пособие зарплата		урок-беседа		
30	Учет доходов и расходов в семье		практическая работа		
31	Планирование текущих расходов на неделю и месяц		практическая работа		
32	Упражнения в определении суммы доходов семьи за месяц, полгода, год		практическая работа		
33	Экскурсия в сбербанк.		экскурсия		
34	Итоговое повторение		обобщающее повторение		

9 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие	1 час
2	Одежда и обувь	2 часа
3	Питание	7 часов
4	Семья	3 часа
5	Культура поведения	2 часа
6	Транспорт	1 час

7	Жилище	3 часа
8	Торговля	2 часа
9	Средства связи	2 часа
10	Медицина	4 часа
11	Учреждения и организации	7 часов

Поурочное планирование, 9 класс

№ П/ П	Тема урока	Кол- во часов	Основной вид учебной деятельности обучающегося	Кален. срок	
				план	факт
1.	Вводное занятие. Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ		урок-беседа		
2.	Обувь и одежда. Стиль одежды, мода. Обновление одежды		комбинированный		
3	Стирка изделий из тюля и трикотажа. Практическая работа		практическая работа		
4	Питание. Питание детей ясельного возраста Практическая работа		практическая работа		
5	Составление меню на неделю для ребенка ясельного возраста		практическая работа		
6	Национальное блюдо, (драники)		практическая работа		
7	Приготовление национальных блинов (блины) Практическая работа		практическая работа		
8	Приготовление национального блюда. Практическая работа		практическая работа		
9	Составление меню праздничного стола.		практическая работа		
10	Практическая работа. Сервировка праздничного стола		практическая работа		
11	Семья. Российская семья. Распределение обязанностей по ведению хозяйства		урок изучения нового материала		
12	Бюджет. Практическая работа.		практическая работа		
13	Формы организации досуга и отдыха в семье		комбинированный		
14	Культура поведения. Правила проживания в общежития		комбинированный		
15	Правила хорошего тона в общении с друзьями и взрослыми		комбинированный		
16	Транспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал		урок изучения нового материала		
17	Жилище. Рациональная расстановка мебели в квартире		практическая работа		
18	Интерьер. Практическая работа		практическая работа		

19	Сохранение жилищного фонда		урок беседа		
20	Торговля. Значение ярмарок:		комбинированный		
21	Виды ярмарок		комбинированный		
22	Средства связи Виды связи: и денежных переводов		комбинированный		
23	Экскурсия на почту.		экскурсия		
24	Медицинская помощь. Инфекционные заболевания		комбинированный		
25	Уход за больным.		практическая работа		
26	«На приеме у врача «Больной в доме». Практическая работа		практическая работа		
27	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности		Практическая работа		
28	Учреждения, организации, предприятия . . «Моя будущая профессия»		урок-беседа		
29	Детская биржа труда		комбинированный		
30	Оформление на работу : постоянную и договорную		практическая работа		
31	Знакомство с ТК РФ. Практическая работа		комбинированный		
32	Экскурсия в учреждения и отделы по трудоустройству Землянского		экскурсия		
33	Обобщающее повторение по курсу		обобщающее повторение		
34	Обобщающее повторение по курсу		обобщающее повторение		