


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 1 г. Слюдянки Иркутской области**

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР
МБОУ ООШ №1

 Вершинская О.В.
Ф.И.О.

«29» августа 2025 г.



«Утверждено»

Директор МБОУ ООШ №1
Зарубина А.В.
Ф.И.О.

Приказ № 62 от «1» сентября 2025 г.

ПРОГРАММА

по учебному предмету «Основы социальной жизни» (5-9 класс)

для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)


Уровень образования: основное общее образование

срок реализации: 5 лет

Составил: Мицкевич М. А.

Рассмотрено на заседании школьного методического
объединения коррекционно-развивающего обучения
Протокол № 1 от «21» августа 2025 г.

Руководитель МО КРО Арьянова Н.Б.

 подпись

Принято на заседании педагогического совета
«29» августа 2025 года Протокол №1

2025г.

Пояснительная записка

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

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

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

Краткие сведения о категории обучающихся

Учащиеся с умственной отсталостью испытывают потребность в познании. Они имеют неполное, иногда искаженное представление об окружающей действительности. Новый материал усваивается только после многочисленных повторений.

Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи;

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами

Общая характеристика учебного предмета

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется 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 способствуют усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

На занятиях ОСЖ уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи. В результате прохождения программы также используется культурно-образовательная среда района города: экскурсии, походы в библиотеки, музеи.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

-объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);

-репродуктивные (работа по образцам);

-частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);

-предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);

-система специальных коррекционно – развивающих методов;

-методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

-методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);

-методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

Трудности изучения предмета, возникающие у обучающихся

. Неумение определить смысл прочитанного,

. в выделении главного;

. в сокращении объема информации;

. в ответе на поставленные вопросы и аргументации своей позиции;

. трудности в работе с текстами-инструкциями, с информацией, представленной в виде графиков, диаграмм, схем и т.д.

Межпредметные связи

Принципы реализации межпредметных связей на уроке:

- многократность повторения одной и той же темы на разных уроках;
- перенос знаний, полученных на одном уроке в различные учебные ситуации других уроках;
- непрерывность повторения одного и того же материала в течение продолжительного времени;
- использование одной терминологии по теме в различных ситуациях, на различных предметах.

Технология межпредметного урока

Технология использования межпредметных связей заключается в том, что в урок включается эпизодически материал других предметов, но при этом сохраняется самостоятельность каждого предмета со своими целями, задачами, программой. В целом сохраняется структура урока.

Русский язык	развитие речи, формирование умения сравнивать, обобщать, делать выводы
Чтение	совершенствование техники чтения, расширение словарного запаса
Биология	повышение и развитие познавательного интереса
Изобразительное искусство и труд	эмоциональное развитие личности

Описание места учебного предмета

Количество часов

5-9 класс

Класс	5	6	7	8	9
Кол-во часов	68	68	68	68	68

Результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

- 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) овладением 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 эстетических 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;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

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

приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание 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 педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах 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);

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

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

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

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

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

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

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

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

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

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

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

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого ("зеленки")). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище. Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка,

температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

Кухонная мебель: названия, назначение.

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

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

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

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

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.

Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

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

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь.

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

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.

Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности).

Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).

Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

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

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

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

Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

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

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

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

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

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

Проезд из дома в образовательную организацию. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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

Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

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

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

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

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

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

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

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Тематическое планирование 5 класс (68 часа)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика видов учебной деятельности
1	Беседа о содержании и значении предмета «Основы социальной жизни».	1	Знакомятся с кабинетом, правилами поведения.
2	Личная гигиена. Ее значения для здоровья и жизни человека	2	Изучают последовательность проведения туалета, знакомятся с правилами гигиены. Знакомятся с правилами сохранения зрения, уходом за волосами, лицом. Правилами выбора прически.
3	Осанка – стройная спина	2	
4	Гигиена зрения. Ее значение в жизни и деятельности человека	2	
5	Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье и развитие организма	2	
6	Проверочная работа	1	
7	Значение одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека	1	Знакомятся с назначением и видами одежды и обуви. Учатся чистить одежду. Знакомятся с видами обуви, ее чисткой и хранением
8	Виды одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Осень	1	
9	Виды одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Зима	1	
10	Виды одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Весна	1	
11	Виды одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Лето	1	

12	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью	1	
13	Чистка, сушка, предупреждение загрязнений	1	
14	Проверочная работа	1	Обобщают знания по предмету.
15	Беседа на тему: «Ваши представления о том какая должна быть семья»	1	Рассказывают о своей семье, в беседе выясняют обязанности.
16	Семья, родственные отношения в семье	1	
17	Взаимоотношения между членами семьи и взаимопомощь	1	
18	Проверочная работа	1	Обобщают знания по предмету.
19	О культуре поведения	1	Знакомятся с правилами поведения, называют вежливые слова, которые можно использовать при встрече и расставании. Объясняют как вежливо обратиться с просьбой.
20	Правила поведения в общественных местах и дома.	1	
21	Правила общения	1	
22	Формы общения со старшими и сверстниками	1	
23	Правила поведения за столом	1	Знакомятся с различными видами блюд не требующих тепловой обработки. Накрывают на стол. Готовят простейшие блюда.
24	Проверочная работа	1	Обобщают знания по предмету.
25	Беседа на тему: «Кто где живёт?»	1	Изучают различные виды жилья в городе и деревне.
26	Виды жилых помещений	1	
27	Варианты квартир и подсобных помещений. Виды отопления	1	
28	Гигиена жилища	1	

29	Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки комнаты	1	
30	Почтовый адрес дома, школы	1	
31	Виды транспортных средств	1	Знакомятся с основными средствами передвижения. Рассказывают о правилах поведения на транспорте. Вспоминают основные правила передвижения на велосипеде.
32	Поведение в транспорте	1	
33	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения	1	
34	Проверочная работа	1	Обобщают знания по предмету.
35	Беседа на тему: «Что мы знаем о продуктах и правильном питании?»	1	Знакомятся с различными видами блюд не требующих тепловой обработки. Накрывают на стол. Готовят простейшие блюда.
36	Как следует питаться?	1	
37	Продукты растительного происхождения	1	
38	Овощи. Блюда из овощей	1	
39	Фрукты. Приготовление фруктов	1	
40	Продукты животного происхождения	1	
41	Влияние правильного режима и правильного питания на здоровье	1	
42	Место приготовления пищи и оборудование рабочего места	1	
43	Сервировка стола. Теоретическое занятие	1	
44	Сервировка стола. Практическое занятие	1	
45	Горячие и холодные напитки	1	
46	Что можно приготовить из яиц?	1	

47	Салат – источник витаминов	1		
48	Виды салатов	1		
49	Приготовление салата: «Винигрет», техника безопасности в обращении с ножом	1		
50	Закуски, канапе, бутерброды	1		
51	Приготовление бутербродов, техника безопасности в обращении с ножом	1		
52	Фаст-фут. Полезная или вредная еда?	1		
53	Хлебобулочные изделия. Виды хлебобулочных изделий	1		
54	Что можно приготовить из хлеба?	1		
55	Кухонная посуда и уход за ней	1		
56	Порядок на кухне	1		
57	Обобщающий урок	1		Обобщают знания по предмету.
58	Проверочная работа	1		Обобщают знания по предмету.
59	Виды торговых предприятий	1		Знакомятся с различными видами торговых предприятий, отделами продовольственных магазинов, видами товаров. Учатся определять срок годности продуктов питания.
60	Продуктовые магазины, магазины бытовой химии, вещевой магазин	1		
61	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине	1		
62	Срок годности товаров, стоимость	1		
63	Хранение товаров	1		

64	Проверочная работа	1	Обобщают знания по предмету.
Итого		68	

Тематическое планирование 6 класс (68 часа)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика видов учебной деятельности
1.	Значение опрятного вида человека.	1	Знакомятся с понятием «опрятный человек». Знакомятся с правилами ручной стирки, правилами безопасной работы иглой, ножницами, утюгом. Осваивают правила ремонта одежды.
2.	Практическая работа. Пришивание пуговиц.	1	Учатся техники безопасности перед практической работой. Получают навыки пришивания пуговиц.
3.	Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.	1	знания правил ручной стирки, знакомить с правилами пользования стиральными машинами активаторного и барабанного типа; познакомить с правилами ТБ, - корректировать речемыслительную деятельность; - воспитывать опрятность, аккуратность, безопасность при стирке белья.
4.	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей.	1	
5.	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.	1	
6.	Практическая работа. Глажение фартуков, косынок.	1	

7.	Значение закаливания организма для здоровья человека.	1	Знакомятся с понятием «внешняя красота». Учатся ухаживать за кожей лица, волосами. Изучают народные способы и средства ухода за волосами.
8.	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	1	
9.	Правила и приемы ухода за кожей рук.	1	
10.	Практическая работа. Уход за кожей рук.	1	
11.	Правила и приемы ухода за ногами.	1	
12.	Пр. р. Стрижка ногтей на ногах.	1	
13.	Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны.	1	Изучают особенности работы междугородного железнодорожного транспорта
14.	Способы приобретения билетов.	1	
15.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	1	
16.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	1	
Семья			
17.	Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.	1	Учатся оказывать помощь родителям по уходу за младшими детьми.
18.	Права и обязанности каждого члена семьи.	1	

19.	Практическая работа. Запись сведений о членах семьи.	1	
20.	Пр.р. Зарисовка родового древа.	1	
21.	Школьные учреждения, их назначение.	1	Знакомятся с учреждениями, а также с правилами поведения в общественных местах, называют вежливые слова, которые можно использовать при встрече и расставании. Объясняют как вежливо обратиться с просьбой.
22.	Дом культуры, его назначение для жителей.	1	
23.	Экскурсия Дом культуры Виртуальная	1	
24.	Правила поведения в домах культуры	1	
25.	Почта. Виды почтовых отправлений.	1	
26.	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида.	1	
27.	Практическая работа. Написание почтового адреса на конверте.	1	
28.	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.	1	
29.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	1	
30.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	1	

31.	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.	1	Знакомятся с домашней аптечкой, лекарственными растениями. Учатся оказывать доврачебную помощь, помощь при переломах и травмах.
32.	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	1	
33.	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	1	
34.	Сюжетно-ролевая игра: «Амбулаторный прием».	1	
35.	Экскурсия в аптеку.	1	
36.	Экскурсия в аптеку виртуальная	1	
37.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1	Знакомятся с санитарно-гигиеническими требованиями к содержанию кухни, сан.узла. Учатся мыть кухню, посуду. Осваивают правила обращения с бытовой химией.
38.	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.	1	
39.	Повседневная сухая и влажная уборка помещения.	1	

40.	Пылесос. Использование в уборке пылесоса.	1	
41.	Практическая работа. Уборка спальни комнаты с использованием пылесоса.	1	
42.	Практическая работа. Чистка пылесоса после уборки.	1	
43.	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.	1	
44.	Практическая работа. Уход за мебелью в классе.	1	
45.	Специализированные продовольственные магазины.	1	Знакомятся с назначением специализированных магазинов. Осваивают правила поведения в магазине.
46.	Виды товаров, отделы магазина.	1	
47.	Правила выбора доброкачественных продуктов питания.	1	
48.	Практическая работа. Определение срока годности товара на упаковке.	1	
49.	Экскурсия в продовольственный супермаркет онлайн	1	
50.	Экскурсия в продовольственный супермаркет онлайн	1	
51.	Правила безопасной работы на кухне (режущие инструменты, кипяток).	1	

52.	Хранение продуктов питания и готовой пищи (в холодильнике и без него).	1	Знакомятся со способами заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод. Учатся заготавливать ягоды без тепловой обработки.
53.	Блюда из круп.	1	
54.	Практическая работа. Приготовление каши на воде.	1	
55.	Картофель. Приготовление блюд из картофеля (отварной картофель, пюре).	1	
56.	Технология приготовления картофельного пюре.	1	
57.	Пр.р. Приготовление картофельного пюре.	1	
58.	Пр.р. Приготовление картофельного пюре.	1	
59.	Чай. История чаепития в России.	1	
60.	Практическая работа. Заварка чая.	1	
61.	Правила поведения в библиотеке.	1	
62.	Ролевая игра: «Посещение библиотеки».	2	Обобщают знания по предмету.
63.	Обобщение пройденного материала по разделу:	2	Обобщают знания по предмету.

	« Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».		
64.	Контрольное тестирование по разделу: « Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Жилище», «Культура поведения».	1	Обобщают знания по предмету.
65.	Экскурсия в библиотеку	1	Обобщают знания по предмету.
66.	Повторение и обобщение	1	Обобщают знания по предмету.
Итог о: 68 часов		68	

Тематическое планирование 7 класс (68 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности обучающихся
1.	Особенности личной гигиены в жизни подростка.	1	Знакомятся с понятием «внешняя красота». Учатся ухаживать за кожей лица, волосами. Изучают народные способы и средства ухода за волосами

2.	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1	Знакомятся с понятием «внешняя красота». Учатся ухаживать за кожей лица, волосами. Изучают народные способы и средства ухода за волосами.	
3.	Особенности ухода за кожей лица, волосами.	1		
4.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.	1		
5.	Практическая работа. Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния.	1		
6.	Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.	1		
7.	Значение продления срока служения одежды. Виды штопок, наложение заплат.	1		Изучают правила: ремонта одежды, штопки, наложение заплат; стирки х/б и льняных тканей, отбеливания. Изучают устройство стиральных машин. Осваивают навыки глажения. Знакомятся с назначением прачечных.
8.	Практическая работа. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат.	1		
9.	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.	1		
10.	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей с помощью стиральной машины.	1		
11.	Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды.	1	Знакомятся с правилами глажения	
12.	Практическая работа. Глажение брюк.	1		

13.	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.	1	
14.	Экскурсия в школьную прачечную.	1	
15.	Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми – одевание, обувание, причёсывание.	1	
16.	Практическая работа. Оказание помощи первокласснику в одевании, обувании на прогулку.	1	
17.	Помощь родителям и воспитателям: в соблюдении чистоты и порядка в школе и дома.	1	<p>Знакомятся с требованиями к жилому помещению, уборке квартиры. Знакомятся с правилами ухода за полом. Пользования пылесосом. Знакомятся с детскими учреждениями.</p>
18.	Практическая работа. Оказание помощи первоклассникам в уборке класса.	1	
19.	Практическая работа. Разучивание тихих и подвижных игр для младших школьников.	1	
20.	Практическая работа. Проведение игр с младшими школьниками.	1	
21.	Виды питания. Пищевая ценность продуктов.	1	
22.	Значение первых, вторых, третьих блюд и их приготовление.	1	<p>Знакомятся с режимом питания, санитарно-гигиеническими требованиями и правилами безопасной работы с режущими инструментами и кипятком, правилами пользования электрическими и газовыми плитами. Составляют меню ужина. Учатся сервировать стол. Изучают правила хранения продуктов</p>

23.	Практическая работа. Приготовление щей из свежей капусты.	1	при наличии холодильника и без него. Знакомятся с питательной ценностью различных видов каш.	
24.	Приготовление щей из свежей капусты.	1		
25.	Практическая работа. Чтение рецептов приготовления киселя, компота.	1		
26.	Приготовления киселя из замороженных ягод.	1		
27.	Использование механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.	1		
28.	Правила безопасной работы с режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.	1		
29.	Этикет. Сервировка стола к обеду.	1		
30.	Практическая работа. Сервировка стола к обеду.	1		
31.	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.	1		Знакомятся с правилами поведения в театре. Осваивают правила поведения за столом.
32.	Сюжетно-ролевая игра: « Меня пригласили в гости».	1		

33.	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки.	1	
34.	Практическая работа. Изготовление несложных сувениров.	1	
35.	Правила вручения подарка.	1	
36.	Сюжетно ролевая игра: «В гостях...».	1	
37.	Междугородний железнодорожный транспорт.	1	Знакомятся с транспортными средствами, маршрутами передвижения, расписанием, направлением.
38.	Вокзалы. Их назначение и основные службы.	1	
39.	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.	1	
40.	Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения железнодорожных билетов.	1	
41.	Виртуальная экскурсия на железнодорожный вокзал.	1	
42.	Виртуальная экскурсия на железнодорожный вокзал.	1	

43.	Универмаги и универсамы, их назначение.	1	Называют продовольственные магазины, порядок приобретения товара.
44.	Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.	1	
45.	Экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела.	1	
46.	Экскурсия в универсам – порядок приобретения (выбор товара, оплата в кассе, получение чека, сдачи).	1	
47.	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.	1	
48.	Повторение. Культура поведения в общественных местах.	1	Знакомятся с правилами поведения в театре. Осваивают правила поведения за столом.
49.	Экскурсия на швейную фабрику для ознакомления с деятельностью фабрики и основными профессиями.	1	Знакомятся с фабриками с помощью онлайн экскурсии.
50.	Экскурсия на мебельную фабрику для ознакомления с деятельностью фабрики и основными профессиями.	1	
51.	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	1	
52.	Подготовка квартиры и дома к весне, лету.	1	

53.	Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.	1	Знакомятся с требованиями к жилому помещению, уборке квартиры. Знакомятся с правилами ухода за полом. Пользования пылесосом. Знакомятся с детскими учреждениями.
54.	Практическая работа. Мытье полов с использованием химических моющих средств.	1	
55.	Почта. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением).	1	Знакомятся с основными средствами связи и как с помощью средств связи пользоваться?
56.	Упаковка. Стоимость пересылки.	1	
57.	Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.	2	
58.	Практическая работа. Упаковка посылки.	1	
59.	Экскурсия на почту. Ознакомление с приемкой посылок.	1	
60.	Экскурсия на почту. Практическая работа. Составление описи содержимого посылки.	2	
61.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах.	1	

62.	Практическая работа. Измерение температуры, обработка раны при незначительном порезе.	1
63.	Домашняя аптечка. Состав домашней аптечки.	1
64.	Практическая работа. Упаковка домашней аптечки.	1
65.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	1
66.	Практическая работа. Приготовление витаминизирующего отвара.	1
итого		68

Тематическое планирование 8 класс (68 часа)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности обучающихся
1.	Значение косметики, дезинфицирующих средств, для юноши и девушки.	1	Знакомятся с видами косметических средств, особенностями кожи, правилами ухода за кожей, волосами, ногтями, лицом. Изучают правила избавления от неприятного запаха, угрей.
2.	Практическая работа. Выбор косметических и дезинфицирующих средств.	1	

3.	Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием дезинфицирующих средств.	1	
4.	Практическая работа. Протирание кожи лица огуречным лосьоном.	1	
5.	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	1	Знакомятся особенностями влияния вредных привычек на здоровье детей и взрослых.
6.	Пагубное влияние табака на здоровье человека.	1	
7.	Культура общения юноши и девушки.	1	
8.	Сюжетно-ролевая игра «Первое свидание», «Знакомство».	1	Учатся культуре речи, как правильно общаться и знакомиться.
9.	Внешний вид молодых людей.	1	Знакомятся с понятием «опрятный человек». Знакомятся с правилами ручной стирки, правилами безопасной работы иглой, ножницами, утюгом. Осваивают правила ремонта одежды.
10.	Виды галстуков и способы их завязывания.	1	Учатся правильно завязывать галстук. Разные способы завязывания галстуков.
11.	Меню. Составление меню на день, неделю.	1	Знакомятся с понятием «рациональное питание», значением первых блюд. Изучают технологию приготовления рыбных, мясных, сладких блюд. Учатся составлять меню на день, на неделю, сервировать стол. Знакомятся с видами теста и техникой выпечки.
12.	Способы приготовления изделий из теста.	1	
13.	Практическая работа. Приготовление песочного печенья.	1	
14.	Практическая работа. Приготовление песочного печенья.	1	

15.	История блинов.	1	
16.	Выпечка блинов.	1	
17.	Заготовка продуктов впрок. Замораживание зелени.	1	
18.	Практическая работа. Нарезка зелени для заморозки.	1	
19.	Грудной ребенок в семье.	1	Знакомятся с особенностями ухода за грудным ребенком, распределением обязанностей в семье, бюджетом семьи.
20.	Правила ухода за грудным ребенком.	1	
21.	Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.	1	
22.	Практическая работа. Упражнения в купании, одевании и пеленании грудного ребенка.	1	
23.	Уборка кухни, санузла и ванной комнаты.	1	
24.	Химические моющие средства, используемые при уборке. Техника безопасности при работе.	1	Знакомятся с санитарно-гигиеническими требованиями к содержанию кухни, сан.узла. Учатся мыть кухню, посуду. Осваивают правила обращения с бытовой химией.
25.	Практическая работа. Чистка раковины на кухне.	1	

26.	Практическая работа. Мытье кафельных стен и пола на кухне.	1	
27.	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.	1	
28.	Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	1	
29.	Правила и приемы глажения блузок, рубашек.	1	
30.	Практическая работа. Глажение рубашек.	1	
31.	Виртуальная экскурсия в химчистку.	1	
32.	Моделирование ситуации Подготовка вещей к сдаче в химчистку	1	
33.	Телефон. Виды телефонной связи.	1	Знакомятся с видами связи. Тренируются в умении правильно вызвать по телефону необходимую службу, культурно разговаривать по телефону. Учатся правилам безопасного поведения в интернете, социальных сетях.
34.	Правила пользования телефонным справочником.	1	
35.	Вызов экстренных аварийных служб. Правила ведения разговора.	1	
36.	Сюжетно-ролевая игра: «Вызов экстренной помощи» .	1	
37.	Междугородняя телефонная связь.	1	

38.	Виды заказов междугороднего телефонного разговора.	1	
39.	Виртуальная экскурсия на переговорный пункт. Ознакомление с видами услуг.	1	
40.	Виртуальная экскурсия на переговорный пункт. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.	1	
41.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	1	Перечисляют основные междугородные автобусные маршруты. Знакомятся со службами автовокзала.
42.	Основные автобусные маршруты. Расписание движения.	1	
43.	Виртуальная экскурсия на автовокзал. Ознакомление с графиком движения автотранспорта.	1	
44.	Виртуальная экскурсия на автовокзал. Ознакомление с работой служб автовокзала.	1	
45.	Специализированные магазины. Правила поведения в магазине.	1	Знакомятся с назначением специализированных магазинов. Осваивают правила поведения в магазине.
46.	Виды товара, отделы. Вежливое обращение к продавцу-консультанту.	1	
47.	Экскурсия в магазин «Бытовая техника». Ознакомление с видом товаров.	1	

48.	Экскурсия в магазин «Бытовая техника». Ознакомление с видом товаров.	1	
49.	Первая помощь при несчастных случаях (утопление).	1	Знакомятся с глистными заболеваниями и мерами их предупреждения. Учатся оказывать первую помощь. Знакомятся с правилами оказания помощи при ожогах и обморожениях, отравлении, солнечном и тепловом ударе и утопление.
50.	Сюжетно-ролевая игра: «Оказание первой помощи спасенного из водоема».	1	
51.	Солнечный и тепловой удар. Первая помощь.	1	
52.	Сюжетно-ролевая игра: « Оказание первой помощи при солнечном ударе».	1	
53.	Департамент, муниципалитет, их назначение.	1	Знакомятся с видами учреждения. Учатся писать заявления, заполнять заявления, жалобы, а также передавать и заполнять показания электросчетчиков.
54.	Префектура, полиция, их назначение.	1	
55.	Бюджет семьи. Источники доходов.	1	
56.	Практическая работа. Определение суммы доходов семьи за месяц.	1	
57.	Основные статьи расходов. Обязательные платежи.	1	
58.	Практическая работа. Снятие показателей электросчетчика.	1	

59.	Практическая работа. Расчет стоимости израсходованной электроэнергии.	1	
60.	Расходы на приобретение крупных, дорогостоящих покупок.	2	Учатся грамотному финансовому поведению при совершении покупок, подведение учащихся к пониманию важности составления списка перед походом в магазин.
61.	Практическая работа. Планирование крупных, дорогостоящих покупок.	1	
62.	Незапланированные расходы – повышение уровня культуры: покупка книг, посещение кинотеатра и т.д.	1	
63.	Сбережения. Значение и способы экономии расходов.	2	
64.	Назначение сбережений. Виды хранения сбережений.	1	
65.	Виртуальная экскурсия в сбербанк.	1	
66.	Виртуальная экскурсия в сбербанк.	1	
Итого: 68 ч.			

Тематическое планирование 9 класс (68 часа)

№ п / п	Тема урока	Кол-во часов	Виды деятельности обучающихся
------------	------------	-----------------	-------------------------------

1.	Мода. Стиль одежды.	1	Учатся определять размеры обуви и одежды. Знакомятся со стилями одежды и историей одежды.
2.	Способы определения собственного размера одежды и обуви.	1	
3.	Практическая работа. Определение собственного размера обуви и одежды.	1	
4.	Виртуальная экскурсия в специализированный магазин «Одежда», «Обувь».	1	
5.	Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.	1	Осваивают правила ухода за одеждой из различных видов тканей, правила глажения белья.
6.	Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде.	1	
7.	Диетическое питание, его виды.	1	Знакомятся со способами заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод. Учатся заготавливать ягоды без тепловой обработки. А также знакомятся с правильным питанием. Учимся составлять меню. Учимся как правильно организовать сортировку стола?
8.	Составление меню диетического питания.	1	
9.	Пр.р. Приготовление диетического блюда.	1	
10.	Пр.р. Приготовление диетического блюда.	1	
11.	Национальные блюда, их виды.	1	
12.	Пр.р. Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.	1	
13.	Практическая работа. Приготовление вареников с картофелем.	1	

14.	Практическая работа. Приготовление вареников с картофелем.	1	
15.	Меню и сервировка праздничного стола.	1	
16.	Практическая работа. Составление меню и сервировка праздничного стола.	1	
17.	Российская семья. Основы семейных отношений.	1	Знакомятся с особенностями ухода за грудным ребенком, распределением обязанностей в семье, бюджетом семьи.
18.	Условия создания семьи.	1	
19.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.	1	
20.	Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.	1	
21.	Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при общении.	1	
22.	Сюжетно-ролевая игра: « Мои соседи».	1	Знакомятся с основными правилами поведения в общественных местах (на дискотеке). Учатся следить за своим внешним видом.
23.	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.	1	
24.	Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.	1	Знакомятся с санитарно-гигиеническими требованиями к содержанию кухни, сан.узла. Учатся мыть кухню, посуду. Осваивают правила обращения с бытовой химией. Учатся как правильно сделать расстановку в квартире и доме.
25.	Практическая работа. Рациональная расстановка мебели (макет).	1	

26.	Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт жилья.	1	
27.	Назначение авиатранспорта. Аэропорт.	1	Перечисляют основные междугородные автобусные маршруты. Знакомятся со службами автовокзала.
28.	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.	1	
29.	Правила поведения в аэропорту. Правила посадки в самолет.	1	
30.	Правила безопасности во время полета самолетом. Сюжетно-ролевая игра: «Я - пассажир авиатранспорта»	1	
31.	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).	1	Знакомятся с видами связи. Тренируются в умении правильно вызвать по телефону необходимую службу, культурно разговаривать по телефону. Учатся правилам безопасного поведения в интернете, социальных сетях.
32.	Практическая работа. Заполнение бланка почтового денежного перевода.	1	
33.	Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.	1	
34.	Правила безопасного пользования интернетом.	1	
35.	Экскурсия на почту.	1	

	Беседа с работниками почты о денежных переводах.		
36.	Экскурсия в салон сотовой связи. Способы оплаты карты сотовой связи.	1	
37.	Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.	1	Знакомятся с назначением специализированных магазинов. Осваивают правила поведения в магазине.
38.	Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену. Сюжетно-ролевая игра: «На рынке».	1	
39.	Инфекционные заболевания.	1	
40.	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.	1	Знакомятся с глистными заболеваниями и мерами их предупреждения. Учатся оказывать первую помощь. Знакомятся с правилами оказания помощи при ожогах и обморожениях, отравлении, солнечном и тепловом ударе.
41.	Уход за больным.	1	
42.	Сюжетно-ролевая игра: «Больной в доме».	1	
43.	Практическая работа. Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций.	1	
44.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.	1	
45.	Предприятие бытового обслуживания.	1	Работа по профориентации, знакомимся с профессиями. Учатся заполнять заявление о приеме на учебу и работу. Знакомятся и учатся заполнять с деловые бумаги. Знакомство с центром занятости населения.

46.	Виртуальная экскурсия на предприятие бытового обслуживания с целью ознакомления с видами деятельности.	1
47.	Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.	1
48.	Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.	1
49.	Экскурсия в Центр занятости города Слюдянка	1
50.	Экскурсия в Центр занятости Иркутской области онлайн	1
51.	Документы, необходимые для поступления на работу.	1
52.	Правила составления деловых бумаг.	1
53.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: заявление.	1
54.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: автобиография.	1
55.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: расписка.	1
56.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: докладная записка.	1

57.	Ситуация выбора после окончания 9 класса.	1	
58.	Ролевая игра: «Я подаю документы ...».	1	
59.	Обобщение пройденного материала по разделу: «Профориентация и трудоустройство».	1	
60.	Контрольное тестирование по разделу: «Профориентация и трудоустройство».	1	
61.	Экскурсия в профессиональные учебные заведения. онлайн	2	
62.	Экскурсия в профессиональные учебные заведения. Онлайн	2	
63.	Повторение раздела: «Культура поведения».	2	Обобщают знания по предмету.
64.	Повторение раздела: « Личная гигиена».	2	Обобщают знания по предмету.
Итого 68			

Материально- техническое обеспечение образовательной деятельности.

Список основной литературы:

1. И.М. Бгажнокова, М.И. Шишкова, Э.В. Якубовская Рабочие программы по учебным предметам ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями Вариант 1. 5-9 классы Москва «Просвещение» 2020г.
2. Воронкова В.В. «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида»: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова/- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2016.;
3. . Девяткова Т.А.,Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., ЩербаковаА.М. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательной школы VIII вида»: Пособие для учителя /под редакцией А.М. Щербаковой/- М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2015.
4. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: Пособие для учителя /С.А.Львова/ ВЛАДОС, 2013.
5. Воронкова В.В. «Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе» Школа-Пресс, 2016

Список дополнительной литературы

- Натуральные объекты (игрушки, одежда), муляжи, макеты.
- Детские наборы посуды, предметы быта.
- Предметные, сюжетные картинки.
- Дидактические игры: «Одежда», «Лото – профессий», «Транспорт»
- Аудио и видеоматериалы, презентации, иллюстрирующие социальную жизнь людей, правила поведения в общественных местах

Проверочные работы

Тест

по социально-бытовой ориентировке
для учащихся 5 класса

Дата _____ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: _____

Вопросы и задания

1. Отметь правильные ответы.

Что может быть общее?

2. Отметь правильные ответы.

Ответы

- Зубная паста
- Зубная щетка
- Шампунь
- Мочалка
- Расческа
- Зеркало
- Шампунь

Что должно быть личное?

- Мочалка
- Расческа
- Зеркало
- Зубная паста
- Зубная щетка

3. Отметь правильный ответ.

Зубы нужно чистить

- Один раз в день – утром
- Один раз в день – вечером
- Два раза в день – утром и вечером

4. Отметь правильный ответ.

При чтении и письме свет должен освещать
страницу

- Справа
- Сзади
- Слева

5. Отметь правильный ответ.

Телевизор можно смотреть

- Сколько хочу
- Не более 2 часов в день

6. Отметь правильный ответ.

Какая одежда нужна на каждый день?

- Праздничная
- Повседневная
- Спортивная

7. Отметь правильный ответ.

- Моют

Что делают с грязной резиновой обувью?

- Чистят кремом для обуви

8. Отметь лишнее

- Нож
- Тарелка
- Ложка
- Вилка

9. Отметь правильный ответ.

- Вечером

Посуду нужно мыть

- Сразу после еды

10. Укажи цифрами правильный порядок мытья посуды

__ Прополоскать посуду в чистой воде

__ Включить тёплую воду

__ Поставить посуду в сушку

__ Намочить губку водой и нанести на неё моющее средство

__ Обработать губкой посуду с внутренней, а затем с внешней стороны

__ Сухую посуду убрать в шкаф

- установку

11. Отметь правильный ответ.

Приготовить, расставить на столе посуду, приборы. Это значит сделать

- сервировку
- обстановку

12. Отметь правильный ответ.

Какой водой заваривают чай?

- холодной водой
- теплой водой
- горячей водой
- кипятком

13. Отметь правильные ответы.

Какие блюда можно подавать на завтрак?

- первое блюдо (суп)
- каша молочная
- чай
- компот
- рыба жареная и картофельное пюре
- бутерброд с сыром
- винегрет

14. Соедини стрелками.

Кухонная посуда

- ножи, вилки, ложки для приема пищи

Кухонные приборы и принадлежности

- посуда, в которой готовят пищу (кастрюля, сковорода)

Столовая посуда

- посуда, из которой едят (сервизы чайные, столовые)

Столовые приборы

- рабочие ножи, терки, разделочные доски, дуршлаг, шумовка

15. Отметь правильные ответы.

Каким должно быть положение туловища при правильной осанке?

- голова опущена
- плечи отведены назад
- живот подтянут
- плечи опущены вперед
- лола приподнята
- колени выпрямлены
- руки опущены свободно
- колени согнуты

16. Отметь правильные ответы.

При встрече говорят

- здравствуйте
- до встречи

17. Отметь правильный ответ.

Как называется принятый порядок поведения?

- добрый день
- прощайте
- признание

18. Отметь правильные ответы.

Сколько раз в день надо здороваться с одним и тем же человеком?

- этикет
- воспитание
- только один раз при встрече
- каждый раз при встрече

19. Отметь правильный ответ.

Во время еды

- можно положить локти на стол
- нельзя класть локти на стол

20. Отметь правильные ответы.

Назови виды жилых помещений в квартире

- детская комната
- санузел
- гостиная
- кухня
- спальня
- кладовая

21. Отметь лишний предмет на столе у школьника

- настольная лампа
- копилка
- точилка

22. Отметь правильный ответ.

Где можно поставить стол школьника?

- в тёмном углу комнаты
- у окна
- на кухне

23. Отметь правильные ответы.

Что нужно написать при заполнении почтового адреса на конверте?

- индекс
- Фамилию, имя отправителя и адресата
- № квартиры
- № подъезда
- название улицы
- название города (поселка, села)
- название области
- № дома
- № этажа

24. Отметь правильный ответ.

Как называют средства для перевозки грузов, людей?

25. Отметь правильные ответы.

Какие виды транспортных средств относят к городскому пассажирскому транспорту?

26. Отметь правильный ответ.

Как называют человека идущего пешком?

- год рождения отправителя и адресата
- легковой автомобиль
- такси
- транспорт
- метро
- велосипед
- троллейбус
- грузовой автомобиль
- автобус
- метро
- легковой автомобиль
- трамвай
- трактор
- пассажир
- ученик
- пешеход

27. Отметь правильные ответы.

- водитель
- Жди транспорт в установленных местах
- На остановке пассажиры должны сначала войти, а потом выйти
- На остановке пассажиры должны сначала выйти, а потом войти
- Войдя в салон транспорта, оплати проезд
- Оплати проезд при выходе из транспорта
- Уступай место в транспорте пожилым, инвалидам и малышам
- Во время остановки транспорта продвигайся к выходу
- Продвигайся к выходу в транспорте заранее

28. Отметь правильные ответы.

Какой транспорт называют наземным?

- Теплоход
- Автобус
- Электropоезд

- Метро
- Самолет
- Автомобиль
- Пассажирский поезд
- Мотоцикл

Приложение 2

Система оценивания

В целях обеспечения усвоения программного материала и овладения необходимыми умениями каждым учеником организован систематический контроль уровня обученности. Он включает в себя контроль за усвоением знаний и контроль сформированности умений и навыков. Формы контроля отражены в тематическом планировании. Отметка "5" "4" "3" "2" За письменный ответ ставится учащемуся, если он:

Отметка "5" При выполнении от 90% до 100% задания.

Отметка "4" При выполнении от 60% до 90% задания.

Отметка "3" При выполнении от 40% до 60% задания.

Отметка "2" При выполнении менее 40% задания.

Оценка устных ответов:

"5" За устный ответ ставится учащемуся, если он: Обнаруживает понимание пройденного материала. Самостоятельно или с помощью учителя может сформулировать и обосновать ответ, привести необходимые примеры полученных знаний в практике, в жизни. Допускает незначительные неточности (оговорки), не влияющие на правильность понятий, которые исправляет сам или с помощью учителя. Ученик в основном, последователен в изложении учебного материала.

"4" Дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки "5", но затрудняется в формулировании отдельных понятий и определений. Исправляет их с помощью учителя. Делает ошибки по практическому применению отдельных положений изучаемых предметов в повседневной жизни. Исправляет их с помощью учителя.

"3" Обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал (вопрос) недостаточно полно и последовательно, с большими затруднениями. Допускает ошибки в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя.

"2" Делает ошибки, вызванные недопониманием учебного материала. Обнаруживает незнание большей, или наиболее существенной, части изученного материала. Допускает ошибки в формулировке правил, понятий, искажает их смысл. Не всегда в состоянии понять и ответить на поставленный вопрос. Делает грубые ошибки в изложении материала, не использует помощь учителя.