





Краевое государственное образовательное учреждение для обучающихся,  
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Славгородская  
общеобразовательная школа-интернат»

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель МО Пицун К.Н. /  (ф.и.о.) (подпись) Протокол № <u>1</u> от «29» августа 2024 г.	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по УВР школы-интерната Петерс В.Н. /  (ф.и.о.) (подпись) «30» августа 2024 г.	<b>«Утверждено»</b> Директор школы-интерната Бойко А.В. /  (ф.и.о.) (подпись) Приказ № 106 от «30» августа 2024 г. 
---	--	---

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни», 7 класс

срок реализации 2024-2025 учебный год

Учитель: Петерс В.Н.

## Пояснительная записка

Программа «Основы социальной жизни» разработана на основе следующих документов: Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.; приказа Министерства просвещения РФ «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24.11.2022 № 1026; учебного плана.

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

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.

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.);
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение); - методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

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. В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально-бытовые компетентности:

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
2. «Охрана здоровья» - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.
3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда.

Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).

4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).

5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.

6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.

7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет услугами, телеграфной и т.д.

8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.

9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

# 1. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

## Предметные результаты освоения АООП

Минимальный уровень	Достаточный уровень
<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение правил личной гигиены по уходу за собой под контролем взрослого;</li> <li>- представление о способах закаливания, выполнение утренней зарядки;</li> <li>- иметь представление о правилах и приёмах ухода за органами зрения;</li> <li>- иметь представление о видах медицинской помощи, иметь навыки обращения в медицинские учреждения (под руководством взрослого);</li> <li>- знать и выполнять уход за домашними животными;</li> <li>- знать виды нежилых помещений и выполнять уход за ними с помощью взрослого;</li> <li>- уметь пользоваться электроприборами на кухне;</li> <li>- уметь осуществлять уход за одеждой и обувью, утюжить спортивную одежду;</li> <li>- иметь представление о предприятиях бытового обслуживания;</li> <li>- знать способы хранения и переработки продуктов питания;</li> <li>- составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания с помощью педагога;</li> <li>- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;</li> <li>- соблюдать правил поведения в доме и общественных местах;</li> <li>- иметь представление о средствах связи (письма, бандероли, посылки);</li> <li>- иметь представление о направлениях работы учреждений дополнительного образования;</li> <li>- иметь представление о видах досуга и уметь организовать свое свободное время.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение правил личной гигиены по уходу за собой;</li> <li>- знание способов закаливания, выполнение утренней зарядки;</li> <li>- знать и уметь выполнять правила и приёмы ухода за органами зрения;</li> <li>- знать виды медицинской помощи, иметь навыки обращения в медицинские учреждения (под руководством взрослого);</li> <li>- знать и выполнять уход за домашними животными;</li> <li>- знать виды нежилых помещений и выполнять уход за ними;</li> <li>- уметь пользоваться электроприборами на кухне;</li> <li>- уметь осуществлять уход за одеждой и обувью, утюжить спортивную одежду;</li> <li>- знать о предприятиях бытового обслуживания;</li> <li>- знать способы хранения и переработки продуктов питания;</li> <li>- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;</li> <li>- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;</li> <li>- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;</li> <li>- соблюдение правил поведения в доме и общественных местах;</li> <li>- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач (письма, бандероли, посылки);</li> <li>- иметь представление о направлениях работы учреждений дополнительного образования;</li> <li>- знать виды досуга и уметь организовать свое свободное время.</li> </ul>

## Личностные результаты освоения АООП

№	критерий	параметры оценки	индикаторы
1	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	Сформированность основ гражданской идентичности	Знание знаменательных для Отечества исторических событий
			Осознание своей этнической и культурной принадлежности
			Знает и с уважением относится к Государственным символам России. Сопереживает радостям и бедам своего народа и проявляет эти чувства в добрых поступках
			Любовь к своему краю, осознание своей национальности
2	Воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов	Сформированность уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов	Умение выслушать иное мнение уважительно относиться к иному мнению
			Уважение к людям других национальностей, вероисповедания, культуры
		Сформированность целостного, социально ориентированного взгляда на мир	С уважением относится к разнообразию народных традиций, культур, религий
			Выстраивает отношения, общение со сверстниками, несмотря на национальную принадлежность, на основе общекультурных принципов
3	Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	Сформированность представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	Уважает историю и культуру других народов и стран, не допускает их оскорбления, высмеивания
			Умение адекватно оценивать свои возможности и силы (Различает «что я хочу» и «что я могу»).
			Умение обратиться к взрослому за помощью и сформулировать просьбу точно описать возникшую проблему в области жизнеобеспечения
			Умение понимать, что можно и чего нельзя в питании, в физической нагрузке, в приёме медицинских препаратов, в осуществлении вакцинации
4	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире	Сформированность навыков адаптации	Овладение навыками самообслуживания
			Умение выстраивать добропорядочные отношения в учебном коллективе, в коллективах групп продлённого дня, дополнительного образования
			Принятие и освоение социальной роли учащегося
5	Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	Сформированность социально-бытовых умений	Умение вести себя в любых проблемных ситуациях
			Самостоятельность и независимость в быту, знакомство с ТБ: обращение с электроприборами, правила поведения на дороге, в транспорте и при общении с незнакомыми людьми.
			Знание правил поведения в школе, прав и обязанностей ученика
			Понимание предназначения окружающих в быту предметов и вещей

			Умение ориентироваться в пространстве школы, расписании
			Наличие стремления участвовать в повседневной жизни класса, мероприятиях класса и школы
6	Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия	Сформированность навыков коммуникации с взрослыми	Знание правил коммуникации
			Способность инициировать и поддерживать коммуникацию с взрослыми
			Способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
			Владение культурными формами выражения своих чувств
			Способность обращаться за помощью
		Сформированность навыков коммуникации со сверстниками	Способность инициировать и поддерживать коммуникацию со сверстниками
			Способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
			Способность обращаться за помощью
		Владение средствами коммуникации	Способность использовать разнообразные средства коммуникации согласно ситуации
		Адекватность применения ритуалов социального взаимодействия	Способность правильно применить ритуалы социального взаимодействия согласно ситуации
7	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей	Сформированность представлений о правилах поведения в разных социальных ситуациях и с людьми разного социального статуса, с взрослыми разного возраста и детьми	Знание правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми разного возраста и статуса
		Сформированность необходимых ребёнку социальных ритуалов	Умение адекватно использовать принятые социальные ритуалы
			Умение вступить в контакт и общаться в соответствии с возрастом близостью и социальным статусом собеседника
			Умение корректно привлечь к себе внимание
			Умение отстраниться от нежелательного контакта
8	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной	Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы	Восприятие важности учебы, любознательность и интерес к новому
			Ориентация на образец поведения «хорошего ученика» как пример для подражания
			Ученик активно участвует в процессе обучения

	деятельности		
9	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Сформированность навыков сотрудничества с взрослыми	Умение сотрудничать с взрослыми в разных социальных ситуациях, соблюдение в повседневной жизни норм речевого этикета и правила устного общения (обращение, вежливые слова).
			Умение сотрудничать с взрослыми в разных социальных ситуациях, соблюдение в повседневной жизни норм речевого этикета и правила устного общения (обращение, вежливые слова).
		Сформированность навыков сотрудничества со сверстниками	Участие в коллективной и групповой работе сверстников, с соблюдением в повседневной жизни норм коммуникации
			Умение в ситуации конфликта найти путь ненасильственного преодоления Умение учитывать другое мнение в совместной работе
10	Воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств	Сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств	Умение различать «красивое» и «некрасивое»
			Стремление к «прекрасному», которое выражается в удержании критерия «красиво» (эстетично), в отношениях к людям, к результатам труда
11	Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей	Сформированность этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания к чувствам других людей	Понимание ценности нравственных норм, умение соотносить эти нормы с поступками как собственными, так и окружающих людей
			Проявление доброжелательности в отношении к другим людям, эмоциональной отзывчивости и сопереживания к чувствам родных и близких, одноклассников, к событиям в классе, школе и стране
12	Развитие и формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям	Сформированность установки на здоровый и безопасный образ жизни	Ориентация на здоровый и безопасный образ жизни, соблюдение режима дня
			Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях
			Занятие творческим трудом или спортом
		Сформированность бережного отношения к материальным и духовным ценностям	Проявление бережного отношения к результатам своего и чужого труда
		Сформированность опыта реального взаимодействия ребёнка с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, адекватного представления об опасности и безопасности	Адекватность бытового поведения с точки зрения опасности или безопасности для себя
			Адекватность бытового поведения с точки зрения сохранности окружающей предметной и природной среды
			Использование вещей в соответствии с их функциями, принятым порядком и характером ситуации
			Умение накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира, упорядочивать их во времени и пространстве.
			Умение устанавливать взаимосвязь порядка природного и бытового уклада

			собственной жизни в семье и в школе, вести себя сообразно этому пониманию (выбрать одежду, спланировать свои занятия в соответствии с сезоном и погодой, помыть грязные сапоги, и т.д.).
			Наличие любознательности и наблюдательности задавать вопросы, включаться в совместную с взрослым деятельность.
13	Проявление готовности к самостоятельной жизни	Социальная готовность	Знание и соблюдение норм поведения
			Умение жить вместе с другими
			Умение контролировать себя в различных ситуациях
		Профессионально-трудовая готовность	Знание о многообразии мира профессий
			Понимание значимости получения профессии и трудовой деятельности
			Наличие чётко выраженных интересов к типу деятельности
		Морально-волевая готовность, способность к организации личной жизни	Знания о способах проведения досуга
			Знания об условиях создания семьи
			Знания о составе семьи, близких родственниках
			Владение высоким уровнем развития эмоционально-психической сферы, сознательная саморегуляция поведения
			Проявление адекватного уровня самооценки и реакций на ситуацию

**Базовые учебные действия,** которыми получит возможность овладеть учащийся:

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

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

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

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



## **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

### **Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»** ставится, если:

- обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- умеет использовать таблицы, схемы;
- понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставится, если:

- обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе;
- не может самостоятельно привести пример;
- отвечает на наводящие вопрос.

**Оценка «3»** ставится, если:

- обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью;
- монологическая речь несвязная;
- воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.

## 2. Содержание учебного предмета

наименование разделов учебного предмета	количество часов, отведенных на изучение разделов учебного предмета	содержание тем учебного предмета	форма организации учебных занятий	основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье	6	<p><i>Гигиена зрения.</i> Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.</p> <p>Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.</p> <p><i>Закаливание организма.</i> 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.</p>	учебное занятие	<ul style="list-style-type: none"> <li>- слушание рассказа, инструкции учителя;</li> <li>- самостоятельная работа;</li> <li>- участие в беседе;</li> <li>- работа с дидактическим материалом;</li> <li>- чтение и пересказ;</li> <li>- рисование;</li> <li>- построение схем, таблиц;</li> <li>- заучивание;</li> <li>- выяснение личного отношения к ситуации;</li> <li>- характеристика и описание ситуации, поступка и др.;</li> <li>- понимание и объяснение слов и выражений, употребляемых в речи;</li> <li>- ответы на вопросы учителя;</li> <li>- практическая работа и др.</li> </ul>
Охрана здоровья	6	<p><i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная.</p> <p><i>Виды врачебной помощи на дому.</i> Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.</p> <p><i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.</i> Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.</p>		
Жилище	13	<p><i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.</p> <p><i>Домашние животные.</i> Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за</p>		

		<p>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.</p> <p><i>Планировка жилища.</i> Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.</p> <p><i>Кухня.</i> Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p> <p><i>Кухонная утварь.</i> 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.</p> <p><i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.</p> <p><i>Кухонная мебель:</i> названия, назначение.</p>		
Одежда и обувь	11	<p><i>Уход за одеждой.</i> 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.</p> <p>Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.</p>		

Питание	17	<p><i>Прием пищи.</i> Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. 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.</p> <p><i>Виды продуктов питания.</i> Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.</p> <p><i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).</p>		
Транспорт	3	<i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.		
Средства связи	3	<p><i>Почта.</i> Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.</p> <p><i>Посылки.</i> Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.</p>		
Предприятия, организации, учреждения	3	<i>Образовательные учреждения.</i> Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.		
Семья	5	<i>Семейный досуг.</i> Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.		

		Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.		
--	--	---	--	--

### 3. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	тема урока	кол-во часов	дата проведения
<b>Личная гигиена и здоровье, 6 часов</b>			
1	<i>Закаливание организма.</i> Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания.	1	04.09
2	Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приёмы выполнения различных видов процедур, физических упражнений.	1	06.09
3	Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.	1	11.09
4	<i>Гигиена зрения.</i> Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	1	13.09
5	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	1	18.09
6	Обобщающий урок по разделу «Личная гигиена и здоровье»	1	20.09
<b>Охрана здоровья, 6 часов</b>			
7	<i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. <i>Виды врачебной помощи на дому.</i> Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом.	1	25.09
8	<i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. <i>Виды врачебной помощи на дому.</i> Вызов «скорой» или неотложной помощи.	1	27.09
9	<i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная. Госпитализация. Амбулаторный прием.	1	02.10
10	<i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.</i> Виды, названия, способы хранения.	1	04.10
11	Самолечение и его негативные последствия.	1	09.10
12	Обобщающий урок по разделу «Охрана здоровья»	1	11.10
<b>Жилище, 13 часов</b>			
13, 14	<i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.	2	16.10, 18.10
15	<i>Домашние животные.</i> Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	1	23.10

16	<i>Домашние животные.</i> Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.	1	25.10
17	Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	1	06.11
18	<i>Планировка жилища.</i> Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	1	08.11
19	<i>Кухня.</i> Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.	1	13.11
20	Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.	1	15.11
21	<i>Кухонная утварь.</i> Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями.	1	20.11
22	Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.	1	22.11
23	<i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.	1	27.11
24	<i>Кухонная мебель:</i> названия, назначение.	1	29.11
25	Обобщающий урок по разделу «Жилище»	1	04.12
<b>Одежда и обувь, 11 часов</b>			
26	<i>Уход за одеждой.</i> Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	1	06.12
27	Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.	1	11.12
28	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования.	1	13.12
29,30	Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения постельного белья.	2	18.12, 20.12
31	Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения спортивной одежды.	1	25.12
32	Обобщающий урок по разделу «Одежда и обувь»	1	27.12
33	Глажение спортивной одежды.	1	10.01
34	Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.	1	15.01
35	<i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.	1	17.01
36	Обобщающий урок по разделу «Одежда и обувь»	1	22.01
<b>Питание, 17 часов</b>			
37	<i>Прием пищи.</i> Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	1	24.01
38	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	1	29.01
39	Овощные салаты: виды, способы приготовления.	1	31.01
40	Супы (виды, способы приготовления).	1	05.02
41	Мясные блюда (виды, способы приготовления).	1	07.02
42	<i>Виды продуктов питания.</i> Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса.	1	12.02

	Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.		
43	Рыбные блюда (виды, способы приготовления).	1	14.02
44	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.	1	19.02
45	Фруктовые напитки: соки, нектары.	1	21.02
46, 47	Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда.	2	26.02, 28.02
48	Посуда для обедов.	1	05.03
49	Праздничный обед. Сервирование стола для обеда.	1	07.03
50	Правила этикета за столом.	1	12.03
51	<i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> Основные отделы в продуктовых магазинах.	1	14.03
52	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Специализированные магазины.	1	19.03
53	Обобщающий урок по разделу «Питание»	1	21.03
<b>Транспорт, 3 часа</b>			
54,55	<i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты.	2	02.04, 04.04
56	Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	1	09.04
<b>Средства связи, 3 часа</b>			
57	<i>Почта.</i> Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.	1	11.04
58	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	1	16.04
59	Обобщающий урок по разделу «Транспорт и средства связи»	1	18.04
<b>Предприятия, организации, учреждения, 3 часа</b>			
60	<i>Образовательные учреждения.</i> Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1	23.04
61	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	1	25.04
62	Обобщающий урок по разделу «Транспорт и средства связи»	1	30.04
<b>Семья, 5 часов</b>			
63	<i>Семейный досуг.</i> Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки. Правильная и рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	1	07.05
64	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.	1	14.05
65	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.	1	16.05
66	Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография.	1	21.05
67	Обобщающий урок по разделам	1	23.05