

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Верхнетыжминская  
основная общеобразовательная школа»**

**МБОУ ВЕРХНЕТЫЖМИНСКАЯ ООШ**

Принято  
на педсовете  
Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ  
Верхнетыжминская ООШ  
\_\_\_\_\_/Абрамова Н.А./  
Приказ №45 от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету  
Основы социальной жизни  
для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

Срок реализации рабочей программы – 5 лет  
Учитель: Иванова Т.Н.

Уровень образования (класс): 5-9 классы  
основное общее образование количество часов – 272 ч.

Данная рабочая программа разработана на основе:

- 1.Федерального государственного образовательного стандарта для умственно отсталых детей;
- 2.Адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) МБОУ Верхнетыжминская ООШ;
3. Примерной адаптированной программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида. 5-9 классы. – М.: «Просвещение», 2015 г.)
4. Учебного плана МБОУ Верхнетыжминская ООШ.
- 5.Положения о рабочей программе педагога, реализующего ФГОС второго поколения

2023 г.

**1.Планируемые результаты освоения обучающимися с легкой  
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
адаптированной основной общеобразовательной программы**

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

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

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

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

**К личностным результатам освоения АООП относятся:**

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

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

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

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения

предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) Организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП (вариант 2).

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов **по основам социальной жизни** на конец школьного обучения (IX класс):

***Основы социальной жизни***

**Минимальный уровень:**

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

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

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

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

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

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

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

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

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

**Достаточный уровень:**

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

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

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

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

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

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

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

### Личностные учебные действия:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: 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:

Коммуникативные учебные действия включают: 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:

Регулятивные учебные действия представлены умениями: 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.

## **2.Содержание**

### **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.

### **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 и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

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

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

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

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

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

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

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

### **Одежда и обувь**

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

*Значение опрятного вида человека.*

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

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

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

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

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

*Магазины по продаже различных видов обуви.* Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; 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,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

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

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

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

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

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

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

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

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

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

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

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

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

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

*Изделия из теста.* Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. 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 школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

### **Средства связи**

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

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых 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. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

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

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

*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.

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

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

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

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

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

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

### 3.Календарно-тематическое планирование.

#### Основы социальной жизни 5 класс.

№ п\п	Наименование разделов, тем.	Кол-во часов	Д/з	Сроки проведения
<b>Введение – 1 час</b>				
1.	<b>Вводное занятие</b>			
<b>Личная гигиена и здоровье – 10 часов</b>				
2.	Утренний и вечерний туалет. Гигиена тела.	2		
3.	Уход за кожей рук и ногтями.	2		
4.	Уход за кожей ног.	1		
5.	Доврачебная и врачебная помощь.	2		
	Обработка ран, порезов, ссадин.	2		

6.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	1		
<b>Жилище – 8 часов</b>				
7.	Виды жилых помещений в городе, селе.	1		
8.	Общее представление о доме	1		
9.	Домашний почтовый адрес	1		
10.	Планировка жилища. Уход за жилищем	1		
11.	Гигиенические требования к жилищу. Инвентарь для уборки.	2		
12.	Правила вытирания пыли.	1		
13.	Правила мытья полов.	1		
<b>Одежда и обувь – 12 часов</b>				
14.	Виды одежды и головных уборов. Роль одежды для человека.	2		
15.	Практическая работа. Уход за одеждой.	2		
16.	Магазины по продаже одежды.	1		
17.	Виды обуви. Правила ухода за обувью.	1		
18.	Практическая работа Уход за кожаной обувью	2		
19.	Правила ухода за обувью из замши, шерсти.	1		
20.	Практическая работа Уход за обувью из замши, шерсти.	1		
21.	Подготовка обуви к хранению.	1		

22.	Практическая работа по подготовке обуви к хранению.	1		
<b>Питание – 16 часов.</b>				
23.	Значение питания в жизни и деятельности.	1		
24.	Режим питания.	1		
25.	Магазины по продаже продуктов питания.	1		
26.	Место приготовления пищи и гигиена приготовления.	1		
27.	Завтрак. Блюда для завтрака.	1		
28.	Бутерброды. Приготовление бутербродов.	2		
29.	Изделия из теста. Виды изделий.	1		
30.	Приготовление изделий из теста(печенье)	1		
31.	Сервировка стола для завтрака	1		
32.	Правила этикета за столом.	2		
33.	Салаты из овощей. Форма нарезки из овощей.	4		
<b>Культура поведения – 6 часов</b>				
34.	Разговор со старшими сверстниками.	1		
35.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	2		

36.	правила поведения в общественных местах.	2		
37.	Правила поведения за столом.	1		
<b>Транспорт – 7 часов</b>				
38.	Виды транспортных средств.	1		
39.	Маршрут следования в образовательное учреждение.	1		
40.	Поведение в транспорте и на улице.	1		
41.	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	2		
42.	По дороге со смешариками.	1		
43.	Игра "Оплата проезда в маршрутном такси.	1		
<b>Торговля – 3 часа</b>				
44.	Виды торговых предприятий	1		
45.	Продуктовые магазины, их отделы	2		
<b>Медицинская помощь -2 часа</b>				
46.	Правила безопасного поведения во время каникул.	1		
47.	Безопасность на водоемах.	1		
<b>Семья – 2 часа</b>				

48.	Семья. Родственные отношения в семье.	1		
49.	Семья. Родственные отношения в семье.	1		
<b>Повторение – 1 час</b>				
50.	Итоговая контрольная работа.			

### Основы социальной жизни 6 класс.

№ п/п	Наименование разделов, тем.	Кол-во часов	Д/з	Сроки проведения
<b>Личная гигиена и здоровье - 6 часов</b>				
1.	Гигиенические требования к использованию личного белья.	1		
2.	Закаливание организма.			
3.	Способы закаливания.			
4.	Водные процедуры для закаливания.			
5.	Правила и приемы ухода за кожей рук.			
6.	Правила и приемы ухода за ногами			
<b>Охрана здоровья – 4 часа</b>				
7.	Лекарственные растения в домашней аптечке			
8.	Первая помощь при ушибах и травмах			
9.	Первая помощь при солнечном ударе			
10.	Уход за больным на дому. Вызов врача на дом.			
<b>Жилище – 8 часов</b>				
11.	Особенности ухода за комнатными растениями.	1		

12.	Особенности содержания домашних животных.	1		
13.	Кухня. Электробытовые приборы на кухне. Правила эксплуатации.	1		
14.	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.	1		
15.	Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки.	1		
16.	Кухонная мебель. Назначение.	1		
17.	Санузел и ванная комната. Правила безопасного поведения.	1		
18.	Электробытовые приборы в ванной комнате.	1		
<b>Одежда и обувь – 6 часов</b>				
19.	Хранение одежды. Правила хранения.	1		
20.	Ручная и машинная стирка изделий.	1		
21.	Правила сушки белья из различных тканей.	1		
22.	Правила и приемы глажения.	1		
23.	Правила пришивания пуговиц.	1		
24.	Зашивание распорвшегося шва.	1		
<b>Питание – 10 часов</b>				
25.	Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты. Виды блюд.	2		
26.	Виды хлебной продукции. Вторичное использование черствого хлеба.	2		
27.	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине.	1		
28.	Блюда для завтрака. Сервировка стола. Составление меню.	2		
29.	Овощные салаты.	2		

30.	Обед. Сервировка стола к обеду. Правила этикета.	1		
<b>Транспорт – 4 часа</b>				
31.	Пригородный транспорт. Междугородный транспорт.	1		
32.	Расписание транспорта.	1		
33.	Способы приобретения билетов.	1		
34.	Виртуальная экскурсия на ж/д вокзал	1		
<b>Торговля – 6 часов</b>				
35.	Специализированные продовольственные магазины	3		
36.	Виды товаров. Отделы.	2		
37.	Практическая работа по определению срока годности товара на упаковке	1		
<b>Медицинская помощь – 6 часов</b>				
38.	Виды медицинских учреждений.	1		
39.	Работники медицинских учреждений	1		
40.	Виды врачебной помощи	3		
41.	Практическая работа по наложению повязки	1		
<b>Средства связи – 6 часов</b>				
42.	Почта. Виды почтовых отправлений	1		
43.	Виды писем. Порядок отправления письма	2		
44.	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг.	1		
45.	Тарифы.	1		
46.	Практическая работа по написанию почтового адреса т на конверте.	1		



<b>Учреждения и организации – 5 часов</b>				
47.	Дошкольные учреждения и их назначение.	1		
48.	Школьные учреждения и их назначение.	2		
49.	Дом культуры и его назначение.	1		
50.	Музей и его назначение.	1		
<b>Семья – 6 часов</b>				
51.	Установление родственных отношений в семье	2		
52.	Права и обязанности каждого члена семьи	2		
53.	Взаимопомощь в семье	1		
54.	Обобщение изученных знаний	1		
<b>Повторение – 1 час</b>				
55.	Итоговая контрольная работа	1		

### **Основы социальной жизни 7 класс.**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов, тем.</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Д/з</b>	<b>Сроки проведения</b>
<b>Личная гигиена – 2 часа</b>				
1.	Личная гигиена подростка	1		1неделя
2.	Уход за кожей лица.	1		2 неделя
<b>Жилище – 8 часов</b>				
3.	. Значение жилища для человека.	1		3неделя
4.	Регулярная уборка жилого помещения:ежедневная,еженедельная.	1		4неделя

5.	Сезонная уборка жилого помещения.	1		5неделя
6.	Сезонная уборка жилого помещения.	1		6неделя
7.	Виды мебели.	1		7неделя
8.	. Способы ухода за зеркалами.	1		8неделя
9.	Животные в доме:кошка,собака,попугай.	1		9неделя
10.	Тестирование по теме"Жилище"	1		10неделя
<b>Культура поведения – 4 часа</b>				
11.	Правила поведения в гостях.	1		11неделя
12.	Моделирование ситуаций"Правила поведения в общественном транспорте"	1		12неделя
13.	Моделирование ситуаций"Правила поведения в общественном транспорте"	1		13неделя
14.	Контрольная работа по теме"Культура поведения"	1		14неделя
<b>Транспорт – 5 часов</b>				
15.	Автовокзал,его назначение.	1		15неделя
16.	Расписание,порядок приобретения билетов.	1		16неделя
17.	Моделирование ситуации"Приобретение билета"	1		17неделя
18.	Моделирование ситуации"Поведение в общественном транспорте"	1		18неделя
19.		1		19неделя
<b>Средства связи – 4 часа</b>				
20.	Виды телефонной связи	1		20неделя

21.	Бандероль	1		21неделя
22.	Упаковка	1		22неделя
23.	Заполнение бланков	1		23неделя
<b>Семья – 5 часов</b>				
24.	Бюджет семьи.	1		24неделя
25.	. Заработная плата членов семьи, пенсия.	1		25неделя
26.	Семейные обязанности членов семьи.	1		26неделя
27	Семейный досуг.	1		27неделя
28.	Семейный досуг.	1		28неделя
<b>Одежда и обувь – 7 часов</b>				
29.	Стирка х/б изделий вручную.	1		29неделя
30.	Стирка х/б изделий с помощью стиральной машины.	1		30неделя
31.	Практикум по утюжке белья.	1		31неделя
32.	Практикум по утюжке белья.	1		32неделя
33.	Химчистка.	1		33неделя
34.	Выбор и покупка одежды.	1		34неделя
35.	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	1		35 неделя
36.	Промышленные предприятия.	1		36 неделя
37.	Виды выпускаемой продукции.	1		37 неделя
38.	Экскурсия на промышленное предприятие.	1		38 неделя
39.	Экскурсия на промышленное предприятие.	1		39 неделя

<b>Торговля – 2 часа</b>				
40.	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.	1		40 неделя
41.	Стоимость товаров.	1		41 неделя
<b>Питание – 11 часов</b>				
42.	Рациональное питание.	1		42 неделя
43.	Режим питания.	1		43 неделя
44.	Приготовление пищи.	1		44 неделя
45.	Гигиена приготовления пищи.	1		45 неделя
46.	Овощи, плоды, ягоды и грибы.	1		46 неделя
47.	Мука и крупы.	1		47 неделя
48.	Правила хранения муки и круп.	1		48 неделя
49.	Соль и ее значение для питания.	1		49 неделя
50.	Виды пряностей и приправ.	1		50 неделя
51.	Виды чая.	1		51 неделя
52.	Овощные салаты.	1		52 неделя
<b>Медицинская помощь. – 7 часов</b>				
53.	Домашняя аптечка	1		53 неделя
54.	Домашняя аптечка (практическая работа)	1		54 неделя
55.	Местные лекарственные растения	1		55 неделя
56.	Первая помощь при высокой температуре	1		56 неделя
57.	Первая помощь при солнечном ударе.	1		57 неделя
58.	Вредные привычки	1		58 неделя

59	Вредные привычки	1		59 неделя
<b>Экономика домашнего хозяйства – 8 часов</b>				
60.	Деньги(монета,купюра,валюта)	1		60 неделя
61.	Распределение обязанностей в семье	1		61 неделя
62.	Бюджет семьи	1		62 неделя
63.	Определение суммы доходов семьи на месяц	1		63 неделя
64.	Основные статьи расходов	1		64неделя
65.	Планирование дорогостоящих покупок	1		65 неделя
66.	Практическая работа	1		66 неделя
67.	Практическая работа	1		67 неделя
68.	Итоговая контрольная работа	1		68 неделя

### Основы социальной жизни 8 класс

№ п\п	Наименование разделов, тем.	Кол-во часов	Д/з	Сроки проведения
<b>Личная гигиена – 4 часа</b>				
1.	Уход за кожей лица.	2		
2.	Косметические средства	1		
3.	Практическая работа Протирание кожи лица лосьоном, нанесение крема.	1		
<b>Одежда – 8 часов</b>				
4.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1		
5.	Практическая работа Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей	1		

	в домашних условиях.			
6.	Утюжка блузок, рубашек, платья.	1		
7.	Практическая работа Утюжка блузок, рубашек, платья.	1		
8.	Прачечная. Правила пользования.	1		
9.	Сортировка белья для стирки.	1		
10.	Практическая работа. Загрузка белья в стиральную машину.	1		
11.	Обобщение знаний по теме Одежда	1		
<b>Семья - 2 часа</b>				
12.	Уход за грудным ребенком.	1		
13.	Практическая работа по мытью детских игрушек	1		
<b>Культура поведения – 2 часа</b>				
14.	Культура общения юноши и девушки.			
15.	Внешний вид молодых людей			
<b>Питание – 12 часов</b>				
16.	Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты. Виды блюд.	1		
17.	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю	1		
18.	Практическая работа по составлению меню на день	1		
19.	Практическая работа по составлению меню на неделю	1		
20.	Приготовление изделий из теста	1		
21.	Практическая работа по изготовлению лапши	2		
22.	Практическая работа по изготовлению блинов.	2		

23.	Практическая работа по изготовлению пирожков с картошкой	1		
24.	Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод	1		
25.	Практическая работа Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод	1		
<b>Транспорт – 5 часов</b>				
26.	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. расписание движения автобусов.	2		
27.	Водный транспорт. основные маршруты. Стоимость проезда.	2		
28.	Порядок приобретения билетов.	1		
<b>Торговля – 6 часов</b>				
29.	Специализированные магазины	1		
30.	Стоимость товаров	1		
31.	Практическая работа Упражнения в подсчете стоимости покупок	1		
32.	Экскурсия в местный магазин	2		
33.	Проверка знаний	1		
<b>Жилище – 2 часа</b>				
34.	Уборка кухни, санузла. Моющие средства.			
35.	Практическая работа по уборке кухни.			
<b>Средства связи – 6 часов</b>				
36.	Телефон. Пользование стационарным телефоном. Пользование телефонным справочником	1		
37.	Культура разговора по телефону	1		
38.	Вызов полиции, пожарной команды, аварийных служб.	1		
39.	Междугородная телефонная связь.	1		

	Тарифы на телефонные разговоры.			
40.	Порядок пользования автоматической телефонной связью	1		
41.	Обобщение знаний по теме Средства связи	1		
<b>Медицинская помощь – 8 часов</b>				
42.	Первая помощь при несчастных случаях	1		
43.	Практическая работа по оказанию первой доврачебной помощи при ожогах, обморожении	1		
44.	Оказание первой доврачебной помощи утопающему.	1		
45.	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	2		
46.	Экскурсия в местный ФАП.	2		
47.	Обобщение знаний по теме медицинская помощь	1		
<b>Учреждения, организации и предприятия – 2 часа</b>				
48.	Департамент, муниципалитет, полиция	2		
<b>Экономика домашнего хозяйства – 10 часов</b>				
49.	Основные статьи расходов.	2		
50.	Планирование расходов.	2		
51.	Расходы на питание	2		
52.	Оплата жилой площади. Коммунальные услуги.	1		
53.	Практическая работа по снятию показаний счетчика.	1		
54.	Семейный бюджет.	2		
<b>Повторение – 1 час</b>				
55.	Итоговая контрольная работа	1		