



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОЛЕССКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

г. Полесск, улица Шевчука 10, тел/факс: 8-401-58-3-53-65
school-polessk.gosuslugi.ru

СОГЛАСОВАНО

протокол Педагогического
совета № 1 от 19.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор
С.А. Головачев
Приказ № 224 от 19.08.2024 г.

**АДАптированная образовательная
программа для обучающихся
с лёгкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
учебного предмета
основы социальной жизни
5-9 класс**

Полесск 2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «**Основы социальной жизни**» (далее ОСЖ) составлена на основе и с учетом

- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"

- А

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни является концептуальной методической основой для разработки и реализации общеобразовательной организацией собственной программы.

Программа формирования экологической культуры разрабатывается на основе системно-деятельностного и культурно-исторического подходов, с учётом этнических, социально-экономических, природно-территориальных и иных особенностей региона, запросов семей и других субъектов образовательного процесса и подразумевает конкретизацию задач, содержания, условий, планируемых результатов, а также форм ее реализации, взаимодействия с семьёй, учреждениями дополнительного образования и другими общественными организациями.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни — комплексная программа формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни должна вносить вклад в достижение требований к личностным результатам освоения АООП: формирование представлений о мире в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур; овладение начальными навыками адаптации в окружающем мире; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

При выборе стратегии реализации настоящей программы необходимо исходить из того, что формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы общеобразовательной организации, требующий создания соответствующей инфраструктуры, благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса.

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни у обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная деятельность обучающихся, развивающая способность понимать своё состояние, обеспечивающая усвоение способов рациональной организации режима дня, двигательной активности, питания, правил личной гигиены. Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и социуме.

Реализация программы должна проходить в единстве урочной, внеурочной и внешкольной деятельности, в совместной педагогической работе общеобразовательной организации, семьи и других институтов общества.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни является составной частью адаптированной общеобразовательной программы и должна проектироваться в согласовании с другими ее компонентами: планируемыми результатами,

С

О

Ш

»

программой формирования базовых учебных действий, программами отдельных учебных предметов, внеурочной деятельности, нравственного развития.

Целью программы является социально-педагогическая поддержка в сохранении и укреплении физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

Основные задачи программы:

формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;

формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;

формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;

формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;

формирование установок на использование здорового питания;

использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,

развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;

соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;

развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;

формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Основные направления, формы реализации программы

Системная работа по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в общеобразовательной организации может быть организована по следующим направлениям:

1. Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры общеобразовательной организации.

2. Реализация программы формирования экологической культуры и здорового образа жизни в урочной деятельности.

3. Реализация программы формирования экологической культуры и здорового образа жизни во внеурочной деятельности.

4. Работа с родителями (законными представителями).

5. Просветительская и методическая работа со специалистами общеобразовательной организации.

Экологически безопасная, здоровьесберегающая инфраструктура общеобразовательной организации включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений общеобразовательной организации экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;

- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;

- организацию качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков;

- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и

спортивным оборудованием и инвентарём;

- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого направления возлагаются на администрацию общеобразовательной организации.

*Реализация программы формирования экологической культуры
и здорового образа жизни в урочной деятельности.*

Программа реализуется на межпредметной основе путем интеграции в содержание базовых учебных предметов разделов и тем, способствующих формированию у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) основ экологической культуры, установки на здоровый и безопасный образ жизни. Ведущая роль принадлежит таким учебным предметам как «Физическая культура», «Мир природы и человека», «Природоведение», «Биология», «Основы социальной жизни», «География», а также «Ручной труд» и «Профильный труд».

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы практико-ориентированные умения и навыки, которые обеспечат им возможность в достижении жизненных компетенций:

элементарные природосберегающие умения и навыки:

умения оценивать правильность поведения людей в природе; бережное отношения к природе, растениям и животным; элементарный опыт природоохранительной деятельности.

элементарные здоровьесберегающие умения и навыки:

навыки личной гигиены; активного образа жизни;

умения организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность: режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.;

умение оценивать правильность собственного поведения и поведения окружающих с позиций здорового образа жизни;

умение соблюдать правила здорового питания: навыков гигиены приготовления, хранения и культуры приема пищи;

навыки противостояния вовлечению в табакокурение, употребления алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

навыки безбоязненного общения с медицинскими работниками; адекватного поведения при посещении лечебного учреждения, а также при возникновении признаков заболеваний у себя и окружающих; умения общего ухода за больными.

навыки и умения безопасного образа жизни:

навыки адекватного поведения в случае возникновения опасных ситуаций в школе, дома, на улице;

умение оценивать правильность поведения в быту;

умения соблюдать правила безопасного поведения с огнём, водой, газом, электричеством; безопасного использования учебных принадлежностей, инструментов;

навыки соблюдения правил дорожного движения и поведения на улице, пожарной безопасности;

навыки позитивного общения; соблюдение правил взаимоотношений с незнакомыми людьми; правил безопасного поведения в общественном транспорте.

навыки и умения безопасного поведения в окружающей среде и простейшие умения поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях:

умения действовать в неблагоприятных погодных условиях (соблюдение правил поведения при грозе, в лесу, на водоёме и т.п.);

умения действовать в условиях возникновения чрезвычайной ситуации в регионе проживания (порядок и правила вызова полиции, «скорой помощи», пожарной охраны);

умения оказывать первую медицинскую помощь (при травмах, ушибах, порезах, ожогах, укусах насекомых, при отравлении пищевыми продуктами).

*Реализация программы формирования экологической культуры
и здорового образа жизни во внеурочной деятельности*

Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни осуществляется во внеурочной деятельности во всех направлениях (социальном, духовно-нравственном, спортивно-оздоровительном, общекультурном). Приоритетными могут рассматриваться спортивно-оздоровительное и духовно-нравственное направления (особенно в части экологической составляющей).

Спортивно-оздоровительная деятельность является важнейшим направлением внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), основная цель которой создание условий, способствующих гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию личности обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) средствами физической культуры, формированию культуры здорового и безопасного образа жизни. Взаимодействие урочной и внеурочной деятельности в спортивно-оздоровительном направлении способствует усилению оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями. Образовательные организации должны предусмотреть:

- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.);
- проведение просветительской работы с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек, заболеваний, травматизма и т.п.).

РЕАЛИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

В РАМКАХ УКАЗАННЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ВНЕУРОЧНОЙ РАБОТЫ РАЗРАБАТЫВАЮТСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (интеллектуальными нарушениями) И ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Во внеурочной деятельности экологическое воспитание осуществляется в рамках духовно-нравственного воспитания. Экологическое воспитание направлено на формирование элементарных экологических представлений, осознанного отношения к объектам окружающей действительности, ознакомление с правилами общения человека с природой для сохранения и укрепления их здоровья, экологически грамотного поведения в школе и дома.

Основными источниками содержания выступают экологические образы в традициях и творчестве разных народов, художественной литературе, искусстве, а также элементы научного знания.

Формируемые ценности: природа, здоровье, экологическая культура, экологически безопасное поведение.

В КАЧЕСТВЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ РАЗРАБАТЫВАЕТСЯ И ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (интеллектуальными нарушениями).

В СОДЕРЖАНИИ ПРОГРАММ ДОЛЖНО БЫТЬ ПРЕДУСМОТРЕНО РАСШИРЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (интеллектуальными нарушениями) О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ, ОЗНАКОМЛЕНИЕ С ПРАВИЛАМИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ, БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В БЫТУ, ПРИРОДЕ, В ОБЩЕСТВЕ, НА УЛИЦЕ, в транспорте, а также в экстремальных ситуациях.

РАЗРАБАТЫВАЕМЫЕ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИЗУЕТ ВЫРАЖЕННАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ. ИЗУЧЕНИЕ ОСНОВ БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОЛЖНО СПОСОБСТВОВАТЬ овладению обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) основными навыками здорового образа жизни, элементарными приемами, действиями в опасных ситуациях и при несчастных случаях, в том числе простыми способами оказания или поиска помощи, а также формированию стереотипов безопасного поведения в типичных

ситуациях.

Содержательные приоритеты программ определяются на основании учета индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся их потребностей, а также особенностей региона проживания.

При реализации программы следует учитывать, что во внеурочной деятельности на первое место выдвигается опыт применения формируемых усилиями всех учебных предметов базовых учебных действий, ценностных ориентаций и оценочных умений, социальных норм поведения, направленных на сохранение здоровья и обеспечение экологической безопасности человека и природы. В связи с этим необходимо продумать организацию системы мероприятий, позволяющих обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) использовать на практике полученные знания и усвоенные модели, нормы поведения в типичных ситуациях.

Формы организации внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительные мероприятия, досугово-развлекательные мероприятия, ролевые игры, занятия, развивающие ситуации, общественно полезная практика, спортивные игры, соревнования, дни здоровья, занятия в кружках, прогулки, тематические беседы, праздники, недели здорового образа жизни, мини-проекты, экологические акции, походы по родному краю и т.д.

Просветительская работа с родителями

Просветительская работа с родителями (законными представителями) направлена на повышение уровня знаний по вопросам охраны и укрепления здоровья детей, формирования безопасного образа жизни включает:

проведение родительских собраний, семинаров, лекций, тренингов, конференций, круглых столов и т.п.;

организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению оздоровительных, природоохранных мероприятий, спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

В содержательном плане просветительская работа направлена на ознакомление родителей широким кругом вопросов, связанных с особенностями психофизического развития детей, укреплением здоровья детей, созданием оптимальных средовых условий в семье, соблюдением режима дня в семье, формированием у детей стереотипов безопасного поведения, повышением адаптивных возможностей организма, профилактикой вредных привычек, дорожно-транспортного травматизма и т. д.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности администрации общеобразовательной организации, всех специалистов, работающих в общеобразовательной организации (педагогов-дефектологов, педагогов-психологов, медицинских работников и др.).

Просветительская и методическая работа с педагогами и специалистами

Просветительская и методическая работа с педагогами и специалистами, направленная на повышение квалификации работников общеобразовательной организации и повышение уровня их знаний по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, педагогических советов по данной проблеме;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению природоохранных, оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Планируемые результаты освоения программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Важнейшие личностные результаты:

ценностное отношение к природе; бережное отношение к живым организмам, способность сочувствовать природе и её обитателям;

потребность в занятиях физической культурой и спортом;

негативное отношение к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, осознание необходимости ее охраны;

ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;

элементарные представления об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;

установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках;

стремление заботиться о своем здоровье;

готовность следовать социальным установкам экологически культурного здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям);

готовность противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

овладение умениями взаимодействия с людьми, работать в коллективе с выполнением различных социальных ролей;

освоение доступных способов изучения природы и общества (наблюдение, запись, измерение, опыт, сравнение, классификация и др.);

развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

овладение умениями ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

2. Описание места коррекционного курса в учебном плане.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» изучается с 5 по 9 класс в объеме 340 учебных часов за 5 лет обучения.

Учебный предмет	Количество часов за год				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Основы социальной жизни	68	68	68	68	68
ИТОГО	68	68	68	68	68

3. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса.

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) 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 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

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 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;

Содержание коррекционного курса.

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, 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 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.

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

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. Учебно-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 старшим 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.

СОДЕРЖАНИЕ				
5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Личная гигиена и здоровье				
<p>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</p>	<p>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).</p>	<p>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.</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
Охрана здоровья				
<p>Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Способы измерения температуры тела..</p>	<p>Виды доврачебной помощи. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний</p>	<p>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.</p>	<p>Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.</p>	<p>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: нетрудоспособности.</p>
Жилище				
5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<p>Общее представление о доме. Типы жилых помещений в</p>	<p>Домашние животные. Содержание животных (собак,</p>	<p>Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный</p>	<p>Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные</p>	<p>Уход за жилищем. Гигиенические требования к</p>

<p>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.</p>	<p>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.): безопасность.</p>	<p>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. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.</p>	<p>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. 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.</p>	<p>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.</p>
---	--	--	--	---

Одежда и обувь

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>Значение опрятного вида человека. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и</p>	<p>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</p>	<p>Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для</p>

<p>одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.</p>	<p>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.</p>	<p>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 выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.</p>	<p>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.</p>	<p>здоровья человека. 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; 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</p>
---	--	--	--	---

Питание

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
<p>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. 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) Виды продуктов питания Чай и кофе. Виды чая. Способы</p>	<p>Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп). Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. 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</p>	<p>Прием пищи 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</p>	<p>Виды продуктов питания. 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. 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 блюд из теста. Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.</p>	<p>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:</p>

заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	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. 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.	(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.	Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.	крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.
--	---	---	--	--

Транспорт

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
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.	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы:	Междугородный 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

5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового	Почта. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды

отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.	денежных переводов. Стоимость отправления.
Предприятия, организации, учреждения				
5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	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				
5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии	Родственные отношения в семье. 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.

**Тематическое планирование
с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

Тема	Количество часов				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Введение	1				
Личная гигиена и здоровье	5	5	6	5	7
Охрана здоровья	3	4	2	3	7
Жилище	11	11	10	11	16
Одежда и обувь	11	11	9	11	12
Питание	19	19	26	19	10
Транспорт	4	4	1	3	2
Средства связи	4	4	6	5	5
Предприятия, организации, учреждения	5	5	3	5	1
Семья	5	5	5	6	8
ИТОГО	68	68	68	68	68

5 класс (68 часов)

№ п/п	Тема занятия	Кол часов	Основные виды учебной деятельности
Введение		1	
1.	Беседа о цели, содержании и значении предмета ОСЖ. Особенности уроков ОСЖ. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях.	1	Овладевать правилами техники безопасности на уроке. Знать санитарно - гигиенические требования. Уметь организовывать рабочее место.
Личная гигиена		5	
2.	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1	Овладевать навыками личной гигиены. Определять набор безопасных для здоровья моющих средств для утреннего и вечернего туалета. Определять и выполнять правила ухода за собой. Выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы). Пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить; Оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.
3.	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.	1	
4.	Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. <i>Практические работы</i> Подбор расчески, прически причесывание волос	1	
5.	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. <i>Практические работы</i> Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов. Выполнение вечернего туалета.	1	
6.	Правила содержания личных вещей.	1	
Одежда и обувь		11	
7-8	Виды одежды в зависимости от пола и возраста,	2	Пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками); Овладеть навыками размещения одежды в шкафу, в квартире (доме); Формулировать правила ухода за одеждой
9-10	Виды одежды в зависимости, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.),	2	
11-12	Виды одежды в зависимости от способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. <i>Практические работы</i>	2	

	Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.		
13-14	Особенности разных видов одежды.	2	
15	Головные уборы: виды и назначение.	1	
16.	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	1	
17.	Магазины по продаже различных видов одежды. Подготовка к хранению одежды.	1	
Питание		19	
18-20	Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей.	3	Различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия; Размещать продукты питания в соответствующих местах хранения. Соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом; Анализировать требования к соблюдению технологических процессов приготовления пищи. Осваивать безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, колющими и режущими инструментами, горячими жидкостями.
21-23	Влияние правильного питания на здоровье человека.	3	
24 -26	Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. <i>Практические работы</i> Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды.	3	
27-29.	Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления.	3	
30-32	Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	3	
33-36	Виды продуктов питания. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	4	
Охрана здоровья		3	
37-38	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	2	Знать виды медицинской помощи Знать виды термометров и их применение
39	Способы измерения температуры тела.	1	
Жилище		11	
40-41	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности.	2	Различать типы жилых помещений. Определять виды коммунальных услуг. Знать свой адрес, уметь его записать. Формулировать правила ухода за комнатными растениями.
42-43	Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. <i>Практические работы</i> Заполнение почтового адреса на открытках.	2	
44-45	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	2	
46-47	Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).	2	
48.	Комнатные растения. Виды комнатных растений.	1	
49-50.	Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений. <i>Практические работы</i> Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.	2	
Транспорт		4	
51.	Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1	Различать основные виды транспорта в городе. Формулировать правила поведения в городском транспорте. Находить свое местоположение в населенном пункте. Знать правила оплаты в общественном транспорте.
52.	Правила поведения в городском транспорте.	1	
53.	Проезд из дома в школу.	1	
54.	<i>Практические работы</i> Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.	1	
Семья		5	

55-56	<u>Презентация</u> Родственные отношения в семье. Состав семьи.	2	Определять родственные отношения всемье. Называть себя (фамилию, имя, отчество, возраст), адрес; - называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек; - определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
57.	Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.	1	
58-59.	Место работы членов семьи, должности, профессии.	2	
Предприятия, организации, учреждения		5	
60.	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения <i>экскурсия в Д/С «Рябинушка»</i>	1	Различать виды образовательных учреждений.
61-62.	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	2	
63-64	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	2	
Средства связи		2	
65.	Почта. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма.	1	
66.	Порядок отправления писем различного вида.	1	
67.	Стоимость пересылки.	1	
68.	<u>Практические работы</u> Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков. Экскурсия на почту, телеграф.	1	Знать правила написания индекса, адреса, проживания.

6 класс (68 часов)

№ п/п	Тема занятия	Кол часов	Основные виды учебной деятельности
Личная гигиена и здоровье		5	
1-2	Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук. <u>Практические работы</u> Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук.	2	Овладевать навыками личной гигиены Выполнять утренний и вечерний туалет - чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног; - пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить; - оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды), при необходимости вносить изменения.
3 - 4	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.	2	
5.	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).	1	
Охрана здоровья		4	
6-7	Виды доврачебной помощи. <i>игра « Помогите товарищу »</i> Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»).	2	Оказывать первую помощь при ожогах и порезах. Знать признаки простудных заболеваний. Применять профилактические меры для

8-9.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	2	предупреждения заболевания.	
Жилище		11		
10-11	Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	2	Знать правила содержания и ухода за домашними животными. Наводить порядок в помещении; - застилать постель; - удалять пыль с мебели, зеркал и др.; - подметать и мыть, пол; - пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий; - пользоваться пылесосом; - выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную); Осваивать безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, нагревательными приборами, колющими и режущими инструментами, горячими жидкостями	
12-13	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.	2		
14	Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	1		
15	Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. <u>Практические работы</u>	1		
16	Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов.	1		
17	Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	1		
18	Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи.	1		
19	Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. <u>тест по прослушанному</u>	1		
20	Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.	1		
Одежда и обувь		11		
21-22	Значение опрятного вида человека. Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.	2	Знать правила стирки одежды вручную и в стиральной машине. Выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распорвавшемуся шву). Уметь читать рекомендации на этикетках.	
23	Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	1		
24	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. <u>Практические работы</u>	1		
25	Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распорвавшегося шва.	1		
26	Ручная и машинная стирка изделий. <u>Практические работы</u>	1		
27	Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Экскурсия в химчистку.	1		
28 -29	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	2		
30-31	Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.	2		
Питание		19		

32-33	Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока.	2	Различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия; - различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты; - размещать продукты питания в соответствующих местах хранения; - обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.
34	<u>видеозапись</u> Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).	1	
35-36	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.	2	
37-38	<u>видеозапись</u> Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.	2	
39-40	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения.	2	
41-42	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.	2	
43-44	Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.	2	
45-46	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.	2	
47-48	Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд.	2	
49-50	Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.	2	
Транспорт		4	
51-52	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички.	2	Знать виды пригородного транспорта. Правила пользования.
53-54	Стоимость проезда. Расписание	2	
Средства связи		4	
55-56	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.	2	Знать основные средства связи, правила пользования сотовым телефоном, компьютером.
57	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. <u>Практические работы</u> Написание адреса и индекса на конвертах.	1	Знать правила написания индекса, адреса, проживания.
58	Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков. Экскурсия на почту, телеграф.	1	
Семья		5	
59-60	Родственные отношения в семье. Взаимоотношения между родственниками.	2	Определять родственные отношения в семье.
61-62	Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. <u>Практические работы</u>	2	Ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи. Уметь оказывать помощь младшим членам семьи. Называть правила ухода за маленькими детьми в семье; Различать тихие и подвижные игры. Уметь организовывать проведение игр. Ориентироваться в распределении
63	Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр.	1	

	Проведение игр с детьми младшего возраста		обязанностей в быту между членами семьи
Предприятия, организации, учреждения		5	
64-65	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения <i>экскурсия в Д/С «Рябинушка»</i>	2	Различать виды образовательных учреждений.
66-67	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	2	
68	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	1	

7 класс (68 часов)

№ п/п	Тема занятия	Кол часов	
Личная гигиена и здоровье		6	
1.	Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека.	1	Овладевать навыками личной гигиены. Разрабатывать простейшие комплексы утренней гимнастики. Знать способы закаливания. Уметь выбирать средства для ухода волосами. - мыть и расчёсывать волосы; - оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.
2.	Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания	1	
3.	Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика.	1	
4.	<i>практическая работа</i> Составление комплексов утренней гимнастики.	1	
5.	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели.	1	
6.	Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.	1	
Охрана здоровья		2	
7.	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения.	1	Определять лекарственные препараты первой необходимости. Знать способы хранения лекарственных средств. Сроки годности лекарственных средств. Оценивать риски при самолечении.
8.	Самолечение и его негативные последствия <i>практическая работа Нахождение сроков годности препаратов.</i>	1	
Жилище		10	
9.	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. <i>практическая работа Уход за деревянными изделиями.</i>	1	Различать виды кухонной посуды. Знать способы ухода за кухонной утварью. Знать назначение кухонного белья.
10.	Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода.	1	
11.	Предметы для сервировки стола: назначение, уход. <i>интерактивная игра «Накрой стол к ужину»</i>	1	
12.	Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.	1	
13.	Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки.	1	
14.	Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.	1	
15.	Кухонная мебель: названия, назначение.	1	

16.	Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Уход за ванной комнатой. <u>тест</u> «Правила безопасного поведения в ванной комнате.»	1	Уход за ванной комнатой. Знать правила техники безопасности в ванной комнате.
17.	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание.	1	
18.	Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. <u>экскурсия в магазин « Виктория»</u>	1	Уметь выбирать средства для ручной стирки белья
Одежда и обувь		9	
19.	Значение опрятного вида человека. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования.	1	Знать электробытовые приборы для глажки белья. Уметь формулировать правила и приемы глажения различных видов тканей.
20.	Глажение изделий из различных видов тканей.	1	
21.	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1	
22.	Правила и приемы глажения блузок и рубашек. <u>Практические работы</u> Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья. Экскурсия в прачечную	1	
23.	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва	1	Пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
24.	Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. <u>Практические работы</u> Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1	- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
25.	Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей.	1	Уметь выбирать средства для удаления пятен.
26.	<u>видеозапись</u> Правила выведение мелких пятен в домашних условиях.	1	Уметь использовать подручные средства для выведения загрязнений на одежде.
27.	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	1	Знать и применять на практике правила безопасности при использовании химических пятновыводителей.
Питание		26	
28.	Прием пищи Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.	1	Различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
29.	Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака.	1	- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жаренном виде) разных продуктов питания;
30.	<u>тест</u> Составление меню для завтрака.	1	- различать доброкачественные и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
31.	Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака.	1	- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
32.	<u>видеозапись</u> « Мой завтрак» Приготовление некоторых блюд для завтрака.	1	- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты,
33.	<u>технологическая карта</u> Стоимость и расчет продуктов для завтрака.	1	
34.	Посуда для завтрака. Сервировка стола.	1	
35.	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	1	
36.	Овощные салаты: виды, способы приготовления.	1	
37.	Супы (виды, способы приготовления).	1	
38.	Мясные блюда (виды, способы приготовления).	1	
39.	Рыбные блюда (виды, способы приготовления).	1	

40.	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.	1	овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
41.	Фруктовые напитки: соки, нектары.	1	
42.	<u>технологическая карта</u> Составление меню для обеда.	1	
43.	Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.	1	
44.	<u>технологическая карта</u> Стоимость и расчет продуктов для обеда.	1	
45.	Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. <i>игра «Сервирую стол на обед, к чаю, к ужину»</i>	1	
46.	Правила этикета за столом.	1	
47.	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	1	
48.	Составление меню для холодного ужина.	1	
49.	Отбор продуктов для холодного ужина.	1	
50.	<u>видеозапись</u> Приготовление несложных салатов и холодных закусок.	1	(мясорубкой, миксером и др.); - сервировать стол к завтраку (ужину,обеду); - соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом.
51.	Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.	1	
52.	Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. <u>Практические работы</u> Упражнение в составлении меню.	1	
53.	Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.	1	
Транспорт		1	
54.	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы.	1	Знать виды железнодорожного транспорта.
Средства связи		6	
55.	Почта. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма.	1	Знать виды бандеролей. Определять стоимость пересылки,отправления.
56.	Порядок отправления писем различного вида.	1	
57.	Стоимость пересылки.	1	
58.	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления.	1	
59.	Упаковка. Стоимость пересылки.	1	
60.	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. <i>экскурсия на Почту г. Полесска</i>	1	
Предприятия, организации, учреждения		3	
61.	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения <i>экскурсия в Д/С «Рябинушка»</i>	1	Различать виды образовательных учреждений.
62.	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1	
63.	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	1	
Семья		5	
64.	Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга.	1	Знать понятие досуга его виды. Уметь планировать свой досуг. Иметь представления о способах организации досуга (посещения музея,кинотеатра, библиотеки и др.); - умения правильно вести себя в местахотдыха и учреждениях культуры.
65.	Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	1	
66.	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д	1	
67.	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.	1	

68.	Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д. <u>ВПМ доклад или презентация «Мои увлечения»</u>	1
-----	--	---

8 класс (68 часа)

№ п/п	Тема занятия	Кол часов	
Личная гигиена и здоровье		5	
1.	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека.	1	Овладевать навыками личной гигиены. Знать значение зрения в жизни человека. Знать правила и приемы ухода за органами зрения.
2.	Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	1	
3.	Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	1	
4.	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения.	1	
5.	Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	1	
Охрана здоровья		3	
6.	Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах.	1	Владеть навыками оказания первой помощи при различных видах травм. Знать опасности, которые могут привести к несчастному случаю.
7.	Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. <i>Практические работы</i> Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении. Экскурсия в поликлинику.	1	
8.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1	
Жилище		11	
9.	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.	1	Знать виды электробытовых приборов. Уметь читать условные обозначения на них. Знать правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами. Знать виды мебели в жилых помещениях. Определять средства ухода за мебелью. Подбирать предметы интерьера. Наводить порядок в помещении; - застилать постель; - удалять пыль с мебели, зеркал и др.; - подметать и мыть, пол; - пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий; - пользоваться пылесосом; - выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную).
10.	Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности.	1	
11.	Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).	1	
12.	Мебель в жилых помещениях Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная).	1	
13.	Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная).	1	
14.	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели.	1	
15.	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели.	1	
16.	Магазины по продаже различных видов мебели.	1	
17.	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники.	1	
18.	Правила ухода за убранством жилых комнат.	1	

19.	Правила ухода за убранством жилых комнат. <i>Практические работы</i> Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера	1	
Одежда и обувь		11	
20.	Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.	1	ориентироваться в услугах, предоставляемых прачечными, химчистками.
21.	Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.	1	Определять стоимость таких услуг. Уметь выбирать наиболее выгодное предложение.
22.	Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий.	1	Знать правила приема и выдачи изделий.
23.	Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий.	1	Уметь осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
24.	Химчистка. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.	1	- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
25.	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.	1	Знать о месте приобретения одежды. Знать правила обмена или возврата купленного товара.
26.	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. <i>Практические работы</i> Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.	1	- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др. - ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
27.	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	1	
28.	Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды.	1	
29.	Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.	1	
30.	Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.	1	
Питание		19	
31.	Виды продуктов питания. Мука и крупы.	1	Различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
32.	Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт).	1	- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жаренном виде) разных продуктов питания;
33.	Правила хранения муки и круп.	1	- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты.
34.	Виды круп.	1	Различать виды муки.
35.	Вредители круп и муки. Просеивание муки.	1	Знать правила хранения муки и хлебобулочных изделий.
36.	Изделия из теста Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное.	1	Уметь находить различные рецепты приготовления мучных блюд.
37.	Изделия из теста Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное.	1	Знать виды домашних заготовок.
38.	Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста.	1	Знать меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.
39.	Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. <i>Практические работы</i> Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста.	1	Знать правила первой помощи при отравлениях.
40.	Составление и запись рецептов.	1	
41.	Приготовление изделий из замороженного теста.	1	
42.	Приготовление блюд из теста.	1	
43.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.	1	

44.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.	1	
45.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. <u>Практические работы</u> Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод.	1	
46.	Глубокая заморозка овощей и фруктов.	1	
47.	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.	1	
48.	Правила первой помощи при отравлении.	1	
49.	Варенье из ягод и фруктов.	1	
Транспорт		3	
50.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	1	Знать виды междугородного транспорта. Уметь ориентироваться в расписании движения и определения стоимости проезда.
51.	Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	1	
52.	Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. <u>Практические работы</u> Упражнения в умении ориентироваться в расписании	1	Ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
Средства связи		5	
53.	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая).	1	Знать виды телефонной связи. Знать о влиянии на здоровье излучений мобильного телефона. Уметь выбирать провайдера, тариф. Знать правила разговора по телефону. Уметь оплачивать телефонные услуги. Уметь пользоваться деньгами, осуществлять платежи.
54.	Влияние на здоровье излучений мобильного телефона.	1	
55.	Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы.	1	
56.	Правила оплаты различных видов телефонной связи. <u>Практические работы</u> Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг.	1	
57.	Сотовые компании, тарифы.	1	
Предприятия, организации, учреждения		5	
58.	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.	1	Знать местные предприятия, основные виды выпускаемой продукции. Различать промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Уметь составлять заявление, автобиографию, заполнять анкеты. Уметь общаться с работниками отдела кадров. Различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др Называть основные документы гражданина РФ. - называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу; - ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.
59.	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих	1	
60.	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих	1	
61.	Экскурсия на местные предприятия <u>Практические работы</u> Экскурсия в отдел занятости населения Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии. Упражнение в умении обращаться в службу занятости, отделы кадров для устройства на работу. Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки.	1	
62.	Экскурсия на местные предприятия. <u>Практические работы</u> Экскурсия на предприятия бытового обслуживания. Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания	1	

Семья		6	
63.	Отдых. Отдых и его разновидности.	1	Уметь планировать свой и семейный отдых. Уметь формировать бюджет для семейного отдыха. Уметь определять маршрут летнего отдыха. Уметь пользоваться деньгами, осуществлять платежи.
64.	Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность.	1	
65.	Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование.	1	
66.	Бюджет отдыха.	1	
67.	Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.	1	
68.	Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.	1	

9 класс (68 часов)

№ п/п	Тема занятия	Кол часов	
Личная гигиена и здоровье		7	
1.	Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).	1	Овладевать навыками личной гигиены. Знать о негативном влиянии ПАВ на здоровье человека.
2.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ.	1	
3.	Вредные привычки и способы предотвращения их появления.	1	
4.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	1	
5.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.	1	
6.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	1	
7.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.	1	
Охрана здоровья		7	
8.	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.	1	Знать правила ухода за больными на дому. Ориентироваться в услугах, медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), Уметь пользоваться телефоном, обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь. Ориентироваться в ситуациях оформления больничного листа.
9.	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.	1	
10.	Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом.	1	
11.	Вызов «скорой» или неотложной помощи.	1	
12.	Госпитализация.	1	
13.	Амбулаторный прием.	1	
14.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.	1	
Жилище		16	
15.	Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	1	Знать гигиенические требования к жилому помещению. Уметь определять средства по уходу за жилым помещением. Знать правила техники безопасности при использовании химических средств. Знать виды насекомых и грызунов, обитающих в доме. Уметь выбирать средства для борьбы с ними.
16.	Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.	1	
17.	Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.	1	
18.	Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.	1	

19.	Уборка санузла и ванной комнаты.	1	Знать правила использования ядохимикатов для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Уметь пользоваться телефоном, обращаться по телефону в службы по борьбе с грызунами и насекомыми.	
20.	Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения.	1		
21.	Уход за различными видами напольных покрытий.	1		
22.	Ежедневная уборка.	1		
23.	Сезонная уборка жилых помещений.	1		
24.	Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.	1		
25.	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.	1		
26.	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.	1		
27.	Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми.	1		
28.	Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.	1		
29.	Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.	1		
30.	Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.	1		
Одежда и обувь		12		
31.	Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.).	1		Ориентироваться в услугах, предоставляемых предприятиях бытового обслуживания. Определять стоимость таких услуг. Уметь выбирать наиболее выгодное предложение. Уметь осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках. - ориентироваться в размерах, примерять и покупать обувь; Знать правила обмена или возврата купленного товара. Различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др. Ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания. Знать правила ухода за обувью.
32.	Обувь. Виды обуви: в зависимости от вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).	1		
33.	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.	1		
34.	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата.	1		
35.	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата.	1		
36.	Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.	1		
37.	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви.	1		
38.	Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви.	1		
39.	Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви.	1		
40.	Правила ухода за обувью из различных материалов.	1		
41.	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант.	1		
42.	Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви	1		
Питание		10		
43.	Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах.	1		Различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные,

44.	Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности).	1	мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия. Определять сроки годности по этикетке на товаре. Уметь приобретать товары в магазинах самообслуживания. Уметь рассчитать стоимость покупки. Различать виды торговых предприятий.
45.	Специализированные магазины.	1	
46.	Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	1	
47.	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).	1	
48.	Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).	1	
49.	Стоимость продуктов питания.	1	
50.	Расчет стоимости товаров на вес и разлив.	1	
51.	Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные.	1	
52.	Основное отличие рынка от магазина.	1	
Транспорт		2	
53.	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.	1	Знать авиационный и водный вид транспорта. Построение маршрута с использованием этих видов транспорта.
54.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы	1	
Средства связи		5	
55.	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	1	Знать современные виды связи. Уметь их использовать. Знать понятие «логин», «пароль». Уметь создавать свою электронную почту, свой акаунт. Уметь использовать видео-связь. Знать правила безопасного общения в интернете.
56.	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	1	
57.	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.	1	
58.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	
59.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.	1	
Предприятия, организации, учреждения		1	
60.	Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение	1	
Семья		8	
61.	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи.	1	Знать понятие семейный бюджет. Уметь определять его доходную и расходную часть. Уметь планировать свой бюджет на различный период.
62.	Виды и источники дохода.	1	
63.	Определение суммы доходов семьи на месяц.	1	
64.	Основные статьи расходов.	1	
65.	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	1	
66.	Планирование дорогостоящих покупок.	1	
67.	Итоговое тестирование	2	
68.			

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Специализированное место учителя.
2. Столы двухместные ученические в комплекте со стульями.
3. Компьютер в комплекте.
4. Мультимедийный проектор
5. Экран проекционный
6. Принтер
7. Таблицы (плакаты) по безопасности труда
8. Комплект раздаточных контрольных заданий.
9. Комплекты презентаций по различным темам и разделам программы

Методическая литература для учителя

1. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - 304 с: илл. - (Коррек-ционная педагогика)
2. Практический материал по урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А.Львова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. -136 с: илл. - (Коррекционная педагогика).
3. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. - 192 с. - (Коррекционная школа).
4. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. -М.: АРКТИ, 2002. - 79 с. (Методическая библиотека).
5. Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. - М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2001. - 576 с: илл.
6. Золотая книга этикета/ В.Ф. Андреев. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ВЕЧЕ, 2004.-400 с: илл.
7. Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.- 382 с.