

ПРИНЯТО:

УТВЕРЖДЕНО:

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ
/В.Ф. Садков/
Приказ от
от «30» авгу

2022-2023 уч.год

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 96**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ СОШ № 96
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАОУ СОШ № 96
_____/В.Ф. Садрисламова/
Приказ от № 190/2-о
от «30» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Основы социальной жизни»
АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ с интеллектуальными нарушениями (вариант 1)**

2022-2023 уч.год

Структура рабочей программы:

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни».
2. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни».
3. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни».

Личностные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни» включают индивидуально-личностные качества исоциальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально бытовыми умениями, 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, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 12) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) формирование готовности к самостоятельной жизни.

Под предметными результатами понимаются результаты, которые достигаются обучающимися в процессе изучения предмета. Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся.

Достаточный 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;
- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни представления о морально-этических нормах поведения знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук
- 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 самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения первоначальные представления о статьях семейного бюджета -знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.) представления о различных видах средств связи пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях) соблюдение правила поведения в доме и общественных местах знание названий организаций социальной направленности и их назначения -навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения

Формирование базовых учебных действий. При изучении предмета «Основы социальной жизни» базовые учебные действия формируются и реализуются в совместной деятельности педагога и обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Базовые учебные действия обеспечивают становление учебной деятельности обучающегося с умственной отсталостью в основных ее составляющих: личностной, коммуникативной, регулятивной и познавательной.

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность.

Коммуникативные учебные действия представлены следующими умениями:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решение;
- излагать свое мнение, точку зрения и аргументировать ее.

Регулятивные учебные действия представлены следующими умениями:

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- осознавать цели и задачи изучения курса, раздела, темы;
- включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- осознанно действовать на основе разного вида инструкций для решения практических задач.

Познавательные учебные действия представлены следующими умениями:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- уметь использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию) при выполнении заданий (с помощью учителя);
- использовать в жизненно-бытовых ситуациях полученные знания и навыки.

2. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни» представлена следующими разделами:

- Личная гигиена.
- Одежда.
- Питание.
- Семья.
- Культура поведения .
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Средства связи.
- Медицинская помощь.
- Учреждения, организации и предприятия.

Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. **В 8-9 классе** добавлены разделы, направленные на формирование первоначальных представлений о **правах и обязанностях гражданина, основных законах нашей страны.**

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и

осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

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 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 продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина. Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор

необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправок: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования. Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих. Исполнительные органы государственной власти (города,

района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д. Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы.

№ п/п	Тема.	Количество часов
5 класс		
1	Введение.	1
2	Личная гигиена и здоровье.	5
3	Одежда и обувь.	3
4	Питание.	7
5	Культура поведения.	4
6	Семья.	2
7	Жилище.	4
8	Транспорт.	4
9	Торговля.	3
10	Промежуточная аттестация.	1
	Итого:	34
6 класс		
1	Личная гигиена и здоровье.	3
2	Одежда и обувь.	5
3	Питание.	7
4	Культура поведения.	2

5	Семья.	2
6	Жилище.	4
7	Транспорт.	4
8	Торговля.	2
9	Средства связи.	1
10	Медицинская помощь.	2
11	Учреждения, организации и предприятия.	1
12	Промежуточная аттестация.	1
	Итого:	34
7 класс		
1	Личная гигиена и здоровье.	7
2	Одежда и обувь.	6
3	Питание.	9
4	Культура поведения.	5
5	Семья.	5
6	Жилище.	10
7	Транспорт.	5
8	Торговля.	3
9	Средства связи.	2
10	Медицинская помощь.	8
11	Учреждения, организации и предприятия.	3
12	Экономика домашнего хозяйства.	4
13	Промежуточная аттестация.	1
	Итого:	68
8 класс		
1	Личная гигиена.	5 ч.
2	Одежда и обувь.	6 ч.
3	Питание.	10 ч.
4	Семья.	5 ч.
5	Культура поведения.	4 ч.
6	Жилище.	5 ч.
7	Транспорт.	7 ч.
8	Торговля.	6 ч.

9	Средства связи.	6 ч.
10	Медицинская помощь.	4ч.
11	Учреждения, организации и предприятия.	2 ч.
12	Экономика домашнего хозяйства.	8 ч.
	Итого:	68
9 класс		
1	Личная гигиена и здоровье.	2
2	Права и обязанности гражданина России.	17
3	Собственность и имущественные отношения.	4
4	Уголовное право.	6
5	Семья.	3
6	Семейное право.	5
7	Экономика домашнего хозяйства.	4
8	Трудовое право.	5
9	Трудоустройство и профориентация.	7
10	Культура поведения.	2
11	Транспорт.	2
12	Средства связи.	4
13	Торговля.	2
14	Учреждения, организации и предприятия.	1
15	Промежуточная аттестация.	1
16	Повторение.	3
	Итого:	68
	ИТОГО:	272

3.Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы

7 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
	Личная гигиена – 4 ч.	

1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	1
2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	1
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	1
4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1
	Одежда – 8 ч.	
5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	1
6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	1
7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1
8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	1
9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
10	Утюжка белья, брюк. Пр.р.	1
11	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
12	Экскурсия в химчистку.	1
	Питание – 12 ч.	
13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда.	1
14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1
15	Приготовление закусок.	1
16	Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	1
17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
18	Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	1
19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р.	1
21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	1
22	Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р.	1
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
24	Сервировка стола к обеду.	1
	Семья– 4 ч.	
25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1
26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	1
27	Разучивание тихих и подвижных игр.	1
28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.	1

	Культура поведения– 4 ч.	
29	Поведение в гостях.	1
30	Правила поведения при встрече и расставании.	1
31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	1
32	Изготовление сувенира. Пр.р.	1
	Жилище –8 ч.	
33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	1
34	Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р.	1
35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
36	Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р.	1
37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	1
38	Чистка мягкой мебели. Пр.р.	1
39	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	1
	Транспорт- 4 ч.	
41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1
42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	1
43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	1
44	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	
	Торговля – 4 ч.	1
45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1
46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1
47	Экскурсия в промтоварный магазин.	1
48	Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.	1
	Средства связи – 4 ч.	
49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	1
50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	1
51	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.	1
52	Экскурсия на почту.	1
	Медицинская помощь – 6 ч.	
53	Домашняя аптечка. Термометр.	1
54	Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	1
55	Лекарственные растения.	1

56	Заваривание травяного настоя. Пр.р.	1
57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1
58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	1
Учреждения, организации, предприятия - 4 ч.		
59	Промышленные предприятия, заводы нашего города.	1
60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	1
61	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	1
62	Экскурсия на промышленное предприятие.	1
Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.		
63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	1
64	Бюджет семьи. Источник дохода.	1
65	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
66	Определение дохода семьи. Пр.р.	1
67	Мелкие расходы.	1
68	Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.	1
ИТОГО		68 ч

8 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
Личная гигиена.5 ч.		
1.	Значение косметики для юноши и девушки.	1
2.	Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики.	1
3.	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	1
4.	Упражнения в протирании кожи лица.	1
5.	Использование масок из фруктов и овощей.	1
Одежда и обувь. 6 ч.		
6.	Особенности ухода за одеждой.	1
7.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1
8.	Правила и приемы глажения.	1
9.	Химчистка- знакомство с предприятием.	1
10.	Правила безопасности в использовании стирального порошка	1
11.	Экскурсия в химчистку.	1

	Питание. 10 ч.	
12.	Виды теста: дрожжевое, пресное.	1
13.	Приготовление изделий из теста.	1
14.	Приготовление изделий из теста. .	1
15.	Заготовка продуктов.	1
16.	Заготовка продуктов..	1
17.	Запись рецептов.	1
18.	Чтение рецептов и самостоятельный подбор продуктов.	1
19.	Запись рецептов соления, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	1
20.	Приготовление овощного салата.	1
21.	Нарезка зелени и фруктов для сушки.	1
	Семья. 5 ч.	
22.	Грудной ребенок в семье.	1
23.	Уход за грудным ребенком.	1
24.	Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек.	1
25.	Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.	1
26.	Мытье детской посуды, игрушек.	1
	Культура поведения. 4 ч.	
27.	Культура общения юноши и девушки.	1
28.	Культура общения юноши и девушки.	1
29.	Внешний вид молодых людей.	1
30.	Сюжетная игра «Встреча молодых людей».	1
	Жилище. 5 ч.	
31.	Уборка кухни, санузла, ванны.	1
32.	Моющие средства	1
33.	Моющие средства.	1
34.	Мытье кафельных стен.	1
35.	Чистка раковин.	1
	Транспорт. 7 ч.	
36.	Междугородний автотранспорт, автовокзал.	1
37.	Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.	1
38.	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	1
39.	Значение водного транспорта. Основные маршруты, расписание, порядок приобретения билетов.	1

40.	Экскурсия на автобусную станцию.	1
41.	Пункт назначения.	1
42.	Время и место отправления, стоимость.	1
	Торговля. 6 ч.	
43.	Рынки. Виды рынков.	1
44.	Различие рынка и магазина.	1
45.	Экскурсия на рынок.	1
46.	Выявление системы расположения продаваемой продукции.	1
47.	Нахождение более низких цен на одноименную продукцию.	1
48.	Сравнение рыночных цен и магазинных на одно и тоже название товара.	1
	Средства связи. 6 ч.	
49.	Виды телефонной связи.	1
50.	Правила пользования телефонным справочником.	1
51.	Культура разговора по телефону.	1
52.	Вызов аварийных служб.	1
53.	Междугородняя телефонная связь.	1
54.	Сюжетно-ролевая игра «Телефонная справочная служба».	1
	Медицинская помощь. 4ч.	
55.	Первая помощь при несчастном случае.	1
56.	Первая помощь утопающему.	1
57.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	1
58.	Сюжетная игра- оказание помощи.	1
	Учреждения, организации и предприятия. 2 ч.	
59.	Департамент, муниципалитет, их назначение.	1
60.	Префектура, полиция, их назначение.	1
	Экономика домашнего хозяйства. 8 ч.	
61.	Бюджет семьи.	1
62.	Сбережение.	1
63.	Упражнения в определении суммы доходов семьи.	1
64.	Упражнения в планировании расходов.	1
65.	Упражнения в снятии показателей электросчетчика.	1
66.	Упражнение в планировании крупных, дорогостоящих покупок.	1
67.	Экскурсия в ЖЭК, в Сбербанк для ознакомления с видами деятельности этих учреждений.	1

68.	Итоговая промежуточная аттестация Тестовая работа.	1
ИТОГО		68 ч.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575789

Владелец Садрисламова Валентина Федоровна

Действителен с 22.03.2021 по 22.03.2022