***Приложение № 1***

***к АООП образования обучающихся***

***с  лёгкой умственной отсталостью***

***(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)***

***Рабочая программа***

***по основам социальной жизни***

***1 - 9 класс***

1. **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета, в соответствии с целями изучения предмета «Основы социальной жизни» и в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

Обучение ребенка с умственной отсталостью ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по данной программе реализуется возможность посильного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

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

**Задачи программы**:

* формирование знаний, умений, навыков сопутствующих социальной адаптации выпускников школы, повышение общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни:
* коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
* развитие коммуникативной функции как непременное условие социальной адаптации.

**II.Общая характеристика курса**

Созидательная деятельность - один из важнейших факторов общего развития ребенка. Только в процессе создания чего-то осязаемого, нужного и полезного у ребенка вырабатывается ощущение важности и значимости происходящего. Он осознает себя творцом, самостоятельной и взрослой личностью. Овладение простейшими практическими приемами ухода за собой и знакомство с основами ведения домашнего хозяйства, необходимыми для подготовки детей ко взрослой жизни, является одним из важных социально- бытовых навыков ребенка. Изучение основ социальной жизни, расширение кругозора ребенка в этой сфере является важным компонентом формирования личности. На практических занятиях учитель имеет прекрасную возможность создания у учащихся ситуации успеха, необходимой для приобретения уверенности в собственных силах, создания положительного отношения к социально-бытовой деятельности, и формированию здорового образа жизни в целом. Поэтому, в связи с необходимостью максимально полного использования потенциала образовательного учреждения, повышению эффективности в работе по вопросам выработки у учащихся социально-бытовых навыков и навыков социальной адаптации, была разработана данная программа.

**III.Место курса в учебном плане**

Данный курс реализуется в рамках адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1).

Данная программа соответствует Государственному образовательному стандарту, детализирует и раскрывает содержание ФГОС общего образования, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета, в соответствии с целями изучения предмета «Основы социальной жизни». На изучение предмета «ОСЖ» в 5 классе отводится 1 час в неделю (34 часа в год), в 6-9 классах отводится 2 часа в неделю (68 часов в год)

1. **Личностные и предметные результаты освоения курса.**

Результаты освоения с обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП оцениваются как итоговые на момент завершения образования. Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных.*

**Предметные** результаты освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, готовность их практического применения.

***Личностные*** результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного предмета «Основы социальной жизни».

Программа определяет два уровня овладения предметными и личностными результатами*: минимальный и достаточный*. Достаточный уровень освоения результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

**5класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Предметные результаты*** | | ***Личностные результаты*** |
| Минимальный уровень | *Достаточный уровень* |
| уметь записать имя, отчество, фамилию свое и членов семьи;   * знать правила гигиены и ухода за собой; * уметь соблюдать правила поведения в школе; | * знать состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их; * знать свой распорядок дня и обязанности в доме; * уметь различать одежду и обувь в зависимости от их назначения и сезона; | * уметь проявлять познавательный интерес; * проявлять и выражать свои эмоции; * обозначать свое понимание или не-понимание вопроса; |

6 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Предметные результаты*** | | ***Личностные результаты*** |
| Минимальный уровень | *Достаточный уровень* |
| * знать почтовый адрес адресанта и адресата, телефоны своего дома, школы; * знать правила гигиены и ухода за собой; * знать виды одежды и обуви, их назначение; * уметь соблюдать прави-ла поведения в школе и дома | * знать варианты проезда до школы рациональными видами транспорта; * знать свой распорядок дня и обязанности в доме; * знать родственные отношения в семье; * знать и уметь различать одежду и обувь в зависи-мости от их назначения и сезона; | * уметь проявлять познавательный интерес; * проявлять и выражать свои эмоции; * проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения   на уроке и на перемене |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Предметные результаты*** | | ***Личностные результаты*** |
| Минимальный уровень | *Достаточный уровень* |
| * знать основные правила этикета; * знать правила гигиены и ухода за собой; * знать основные продукты и их стоимость; * знать правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов; | * уметь планировать свою полезную деятельность в семье; * знать необходимые для пола и возраста гигиенические требования по уходу за телом; * уметь сушить и чистить одежду и обувь; * знать виды магазинов их назначение; | * уметь проявлять познавательный интерес; * участвовать в сов-   местной, коллектив-  ной деятельности;   * проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым. |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Предметные результаты*** | | ***Личностные результаты*** |
| Минимальный уровень | *Достаточный уровень* |
| * знать основные правила этикета; * знать правила гигиены и ухода за собой; * знать основные продукты и их стоимость; * уметь соблюдать правила поведения в общественных местах; | * уметь планировать свою полезную деятельность в семье; * знать необходимые для пола и возраста гигиенические требования по уходу за телом; * уметь подготавливать одежду и обувь к хранению; * знать виды магазинов их назначение, отделы и содержание продукции; * уметь оплатить, проверить чек и сдачу; * уметь приготовить бутерброды, чай, кофе, салаты из овощей; | * уметь проявлять познавательный интерес; * проявлять и выражать свои эмоции; * проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым. |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Предметные результаты*** | | ***Личностные результаты*** |
| Минимальный уровень | *Достаточный уровень* |
| * знать основные правила этикета; * знать правила гигиены * и ухода за собой; * знать основные продукты и их стоимость; * уметь составлять меню из доступных продуктов * знать правила покупки товаров; | * уметь планировать свою полезную деятельность в семье; * уметь сушить, чистить и под-готавливать одежду и обувь к хранению; * уметь соотносить заработную плату и бюджет семьи; * уметь выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; * уметь оплатить, проверить чек и сдачу; | * уметь проявлять познавательный интерес; * участвовать в совмес-тной, коллективной деятельности;. * уметь организовать свой отдых и развлечения с пользой; |

### V.Содержание учебного курса.

Содержание рабочей программы соответствует адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 1).

На изучение предмета «Основы социальной жизни» в 5-9 классах отводится 2 часа в неделю и 68 часов в год. Занятия по данной программе проводятся в форме урока (40 мин). Возможно уменьшение количества часов в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы учащимися, поэтому важно неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Кол-во часов** | **5 класс** | **6 класс** | **7 класс** | **8 класс** | **9 класс** |
| **Разделы** |  |  |  |  |  |
| «Культура поведения» | 4 | 10 | 8 | 8 | 8 |
| «Личная гигиена» | 3 | 6 | 4 | 4 | 4 |
| «Транспорт» | 3 | 6 | 4 | 4 | 4 |
| «Жилище» | 2 | 8 | 4 | 4 | 6 |
| «Торговля» | 2 | 6 | 4 | 4 | 4 |
| «Питание» | 12 | 12 | 8 | 8 | 8 |
| «Одежда и обувь» | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 |
| «Семья» | - | 4 | 6 | 6 | 6 |
| «Средства связи» | - | 4 | 4 | 4 | 2 |
| «Медицинская помощь» | - | 6 | 6 | 6 | 6 |
| «Учреждения, организации и предприятия» | - | - | 6 | 6 | 4 |
| Экономика домашнего хозяйства | - | - | 4 | 4 | 4 |
| «Трудоустройство» | - | - | 6 | 6 | 6 |
| **Итого** | 34 часа | 68 часов | 68 часов | 68 часов | 68 часов |

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие методы урока: словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой; наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр; практические: карточки, тесты. Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций. Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

**Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ**.

**5 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| «Введение» | Беседа о цели, содержании и значении предмета ОСЖ. Особенности уроков по ОСЖ. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях |
| «Личная гигиена» | Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически  Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор.  **Практические работы**  Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов, Выполнение вечернего туалета, Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причесывание волос Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы Чистка ушей |
| «Одежда и обувь» | Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.) Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви.**Практические работы**  Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви. |
| «Питание» | Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.).значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними.. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды .Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.  **Практические работы** Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку. Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды |
| «Культура поведения» | Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом. |
| «Жилище» | Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы.  **Практическая работа** Заполнение почтового адреса на открытках. |
| «Транспорт» | Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.  **Экскурсии.** Коллективные поездки в транспорте. |
| «Торговля» | Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.  **Экскурсия** в продовольственный магазин |

**6 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| «Личная гигиена» | Закаливания организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения)У ход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы)Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног) Профилактика грибковых заболеваний. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.  **Практическая работа**  Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук; |
| «Одежда и обувь» | Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва). Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б и шелковых тканей. Глажение фартуков , косынок , салфеток.  **Практическая работа**  Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва. |
| «Питание» | Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи . ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину  **Практические работы**  Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде, и молоке. Пюре. Запеканок (из творога, и других продуктов). Оформление готовых блюд |
| «Семья» | Состав семьи учащихся: имя, отчества, возраст, место работы членов семьи, личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи. |
| «Культура поведения» | Правила поведения в общественных местах.(кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий. |
| «Жилище» | Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.  **Практические работы**  Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов. Уход за комнатными растениями : полив, опрыскивание, пересадка. |
| «Транспорт» | Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах транспорта(разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.  **Экскурсия** на вокзал (станцию) |
| «Торговля» | Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.  **Экскурсия** в специализированный продовольственный магазин. |
| «Средства связи» | Основные средства связи(почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений(письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем9закрытые,открытые, простые, заказные), порядок отправления писем. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков составление текста телеграмм.  **Практическая работа**  Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков. **Экскурсия** на почту, телеграф. |
| «Медицинская помощь» | Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений(врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптек). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов мед. помощи. **Экскурсия** в аптеку. |
| «Учреждения,  организации и предприятия» | Дошкольные учреждения и их назначения.  **Экскурсия** в ДДТ. |

**7 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| «Личная гигиена» | Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. |
| «Одежда и обувь» | Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.  **Практические работы**  Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины. Экскурсия в химчистку. |
| «Питание» | Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.  **Практическая работа**  Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд. |
| «Семья» | Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми  **Практическая работа**  Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.  Разучивание тихих и подвижных игр.  Проведение игр с детьми младшего возраста. |
| «Культура поведения» | Поведение в гостях. Подарки.  **Практическая работа**  Изготовление несложных сувениров. |
| «Жилище» | Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак Животные дома(кошка, собака, попугай).  **Практическая работа**  Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал, утепление окон. |
| «Транспорт» | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы..Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа.  **Экскурсия** На железнодорожный вокзал, станцию |
| «Торговля» | Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.  **Экскурсия** в промтоварный магазин. |
| «Средства связи» | Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков.**Практические работы**  Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.  **Экскурсия** на почту. |
| «Медицинская помощь» | Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах.  **Практические работы**  Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного чая. |
| «Учреждения, организации и предприятия» | Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты местности,  Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты. |

**8 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| «Личная гигиена» | Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.)  **Практическая работа**  Упражнение в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема. |
| «Питание» | Приготовления изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.  **Практические работы**  Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнение в составлении меню. |
| «Одежда и обувь» | Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков).Виды услуг. Прачечная самообслуживание.  **Практическая работа**  Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.  **Экскурсия** в прачечную |
| «Семья» | Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложечки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек)  **Практическая работа**  Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы |
| «Экономика домашнего хозяйства» | Основные статьи расходов (питание ,содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности, помощь родственникам).планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь и др.)  **Практические работы**  Упражнение в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах) снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах) в оказании материальной помощи родственникам.  **Экскурсия** в ЖКХ |
| «Культура поведения» | Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей. |
| «Жилище» | Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.  **Практическая работа**  Мытье кафельных стен, чистка раковин. |
| «Транспорт» | Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретение билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.  **Экскурсия** на автобусную станцию или в порт. |
| «Торговля» | Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.  **Практические работы**  Упражнения в подсчете стоимости покупок.  **Экскурсия** в один из специализированных магазинов |
| «Средства связи» | Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.  **Экскурсия** на переговорный пункт |
| «Медицинская помощь» | Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмораживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.  **Практические работы**  Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмораживании, утоплении.  **Экскурсия** в поликлинику. |
| «Учреждения, организации и предприятия» | Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение. **Экскурсия** в одну из организаций по теме. |

**9 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Разделы** | **Краткое содержание** |
| «Личная гигиена» | Здоровый образ жизни- один из условий успеха в жизни человека. (вред курения, алкоголя и наркотиков. |
| «Одежда и обувь» | Стиль одежды, мода, обновление одежды( замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке. **Практическая работа**  Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен. |
| «Жилище» | Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда. **Практическая работа** Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера. |
| «Питание» | Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола. **Практическая работа**  Приготовление национальных блюд. Составление меню праздничного стола. |
| «Семья» | Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). **Практическая работа**  Упражнение в анализе различных семейных ситуаций |
| «Культура поведения» | Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей **Практическая работа** Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. |
| «Транспорт» | Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. **Практическая работа**  Упражнения в умении ориентироваться в расписании |
| «Торговля» | Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями Значение ярмарок. Торговля уцененными товарами скупка вещей у населения. **Практическая работа.Экскурсия** на рынок Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей. |
| «Средства связи» | Виды денежных переводов, стоимость их отправлений. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни  **Практическая работа**Заполнение бланков денежных переводов. |
| «Медицинская помощь» | Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. **Практическая работа** Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарством |
| «Учреждения, организации и предприятия» | Предприятия бытового обслуживания, их назначение.  **Практическая работа Экскурсия** на предприятия бытового обслуживания. |
| Экономика домашнего хозяйства | Бюджет. Текущие расходы **Практическая работа**  **Экскурсия** в сберкассу Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. |
| «Трудоустройство» | Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. **Практическая работа**  **Экскурсия**  в отдел занятости населения Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии. |

**VI.Тематическое планирование.**

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | **Вводный урок.** Знакомство с предметом. Вводный инструктаж по охране труда. | 2 |
| 2 | Правила личной гигиены в течение дня | 1 |
| 3 | Предметы и средства личной гигиены | 1 |
| 4 | Гигиена зрения | 1 |
| 5 | Виды одежды | 1 |
| 6 | Чистка одежды, сушка | 1 |
| 7 | Виды обуви | 1 |
| 8 | Практическая работа «Одежда и обувь» | 1 |
| 9 | Чистка, хранение обуви | 1 |
| 10 | Виды головных уборов | 1 |
| 11 | Значение питания в жизни человека | 1 |
| 12 | Кухонные принадлежности | 1 |
| 13 | Уход за посудой | 1 |
| 14 | Чайная посуда | 1 |
| 15 | Правила заваривания чая | 1 |
| 16 | Повторный инструктаж по охране труда. Завтрак | 1 |
| 17 | Сервировка стола к завтраку | 1 |
| 18 | Нарезка хлеба, овощей | 1 |
| 19 | Приготовление бутербродов | 1 |
| 20 | Приготовление бутербродов | 1 |
| 21 | Приготовление салата | 1 |
| 22 | Приготовление салата | 1 |
| 23 | Виды транспортных средств | 1 |
| 24 | Поведение в транспорте | 1 |
| 25 | Правила дорожного движения | 1 |
| 26 | Виды жилых помещений | 1 |
| 27 | Почтовый адрес дома, школы | 1 |
| 28 | Виды жилых помещений | 1 |
| 29 | Почтовый адрес дома, школы | 1 |
| 30 | Виды жилых помещений | 1 |
| 31 | Почтовый адрес дома, школы | 1 |
| 32 | Основные виды магазинов. Отделы | 1 |
| 33 | Правила поведения в магазине. Порядок покупки товара | 1 |
|  | Итого | 34 |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями. Косметические средства для ухода кожей рук. | 2 |
| 2 | Уход за кожей ног. Гигиенические требования к использованию  личного белья. | 2 |
| 3 | Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением средств. | 2 |
| 4 | Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. | 2 |
| 5 | Планировка жилища. Виды жилых комнат. Виды нежилых помещений. Назначение жилых комнат и нежилых помещений. | 2 |
| 6 | Кухня. Нагревательные приборы. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. | 2 |
| 7 | Повторение по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья». | 2 |
| 8 | Контрольная работа по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья». | 2 |
| 9 | Электробытовые приборы на кухне. Назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. | 2 |
| 10 | Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. | 2 |
| 11 | Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней. | 2 |
| 12 | Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения. | 2 |
| 13 | Кухонная мебель: названия, назначение. | 2 |
| 14 | Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появление вредителей на одежде (моли). | 2 |
| 15 | Повторение по теме «Жилище». | 2 |
| 16 | Контрольная работа по теме «Жилище». | 2 |
| 17 | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. | 2 |
| 18 | Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения одежды. | 2 |
| 19 | Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. | 2 |
| 20 | Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. | 2 |
| 21 | Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. | 2 |
| 22 | Практическая работа по теме «Уход за одеждой». | 2 |
| 23 | Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. | 2 |
| 24 | Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание. | 2 |
| 25 | Повторение по теме «Уход за одеждой. Транспорт». | 2 |
| 26 | Контрольная работа по теме «Уход за одеждой. Транспорт». | 2 |
| 27 | Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. | 2 |
| 28 | Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. | 2 |
| 29 | Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. | 2 |
| 30 | Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. | 2 |
| 31 | Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. | 2 |
| 32 | Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография | 2 |
| 33 | Повторение по теме «Семья. Средства связи». | 2 |
| 34 | Контрольная работа по теме «Семья. Средства связи». | 2 |
|  | Итого | 68 |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во**  **часов** |
| 1 | Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. | 1 |
| 2 | Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. | 1 |
| 3 | Водные процедуры для закаливания. | 1 |
| 4 | Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. | 1 |
| 5 | Утренняя гимнастика. | 1 |
| 6 | Составление комплексов утренней гимнастики. | 1 |
| 7 | Практическая работа по теме «Составление комплексов утренней гимнастики». | 1 |
| 8 | Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. | 1 |
| 9 | Виды шампуней в зависимости от типов волос. | 1 |
| 10 | Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос. | 1 |
| 11 | Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. | 1 |
| 12 | Самолечение и его негативные последствия. | 1 |
| 13 | Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. | 1 |
| 14 | Правила безопасного поведения в ванной комнате. | 1 |
| 15 | Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами. | 1 |
| 16 | Повторение по теме «Охрана здоровья. Жилище». | 1 |
| 17 | Контрольная работа по теме «Охрана здоровья. Жилище». | 1 |
| 18 | Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. | 1 |
| 19 | Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. | 1 |
| 20 | Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. | 1 |
| 21 | Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. | 1 |
| 22 | Стиральные средства для ручной стирки. | 1 |
| 23 | Техника безопасности при использовании моющих средств. | 1 |
| 24 | Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). | 1 |
| 25 | Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. | 1 |
| 26 | Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. | 1 |
| 27 | Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. | 1 |
| 28 | Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). | 1 |
| 29 | Повторение по теме «Жилище. Одежда и обувь». | 1 |
| 30 | Контрольная работа по теме «Жилище. Одежда и обувь». | 1 |
| 31 | Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. | 1 |
| 32 | Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). | 1 |
| 33 | Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. | 1 |
| 34 | Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. | 1 |
| 35 | Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе. | 1 |
| 36 | Практическая работа по теме «Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе». | 1 |
| 37 | Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. | 1 |
| 38 | Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. | 1 |
| 39 | Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Правила хранения. | 1 |
| 40 | Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). | 1 |
| 41 | Овощи, плоды. Правила хранения. Первичная обработка. Свежие и замороженные продукты. | 1 |
| 42 | Ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка. Свежие и замороженные продукты. | 1 |
| 43 | Мука. Виды муки , сорта муки . Правила хранения муки. | 1 |
| 44 | Виды круп. Правила хранения круп. | 1 |
| 45 | Вредители круп и муки. | 1 |
| 46 | Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. | 1 |
| 47 | Сахар: его польза и вред. | 1 |
| 48 | Пряности и приправы. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. | 1 |
| 49 | Повторение по теме «Виды продуктов питания». | 1 |
| 50 | Контрольная работа по теме «Виды продуктов питания». | 1 |
| 51 | Практическая работа по теме «Виды продуктов питания». | 1 |
| 52 | Практическая работа по теме «Виды продуктов питания». | 1 |
| 53 | Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Виды пассажирских вагонов. | 1 |
| 54 | Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. | 1 |
| 55 | Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России. Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Экскурсия». | 1 |
| 56 | Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. | 1 |
| 57 | Практическая работа по теме «Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма». | 1 |
| 58 | Бандероли. Виды бандеролей. Порядок отправления. | 1 |
| 59 | Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. | 1 |
| 60 | Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. | 1 |
| 61 | Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Виртуальная экскурсия. | 1 |
| 62 | Отдых. Отдых и его разновидности. | 1 |
| 63 | Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. | 1 |
| 64 | Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. | 1 |
| 65 | Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. | 1 |
| 66 | Повторение по теме «Транспорт. Средства связи. Семья». | 1 |
| 67 | Повторение по теме «Транспорт. Средства связи. Семья». | 1 |
| 68 | Контрольная работа по теме «Транспорт. Средства связи. Семья». | 1 |
|  | Итого | 68 |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Пра­вила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов де­ятельности. | 1 |
| 2 | Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. | 1 |
| 3 | Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками. | 1 |
| 4 | Негативное влияние на организм человека вредных веществ. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. | 1 |
| 5 | Негативное влияние на организм человека вредных веществ. Алкоголь.Вредные привычки и способы предотвращения их появления. | 1 |
| 6 | Негативное влияние на организм человека вредных веществ: токсических и наркотических веществ. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека. | 1 |
| 7 | Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. | 1 |
| 8 | Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. | 1 |
| 9 | Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. | 1 |
| 10 | Мебель в жилых помещениях.Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). | 1 |
| 11 | Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. | 1 |
| 12 | Практическая работа по теме «Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели». | 1 |
| 13 | Практическая работа по теме «Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели». | 1 |
| 14 | Магазины по продаже различных видов мебели. | 1 |
| 15 | Повторение по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья». | 1 |
| 16 | Контрольная работа по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья». | 1 |
| 17 | Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. | 1 |
| 18 | Правила ухода за убранством жилых комнат. | 1 |
| 19 | Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. | 1 |
| 20 | Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. | 1 |
| 21 | Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. | 1 |
| 22 | Уборка санузла и ванной комнаты. | 1 |
| 23 | Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. | 1 |
| 24 | Уход за различными видами напольных покрытий. | 1 |
| 25 | Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. | 1 |
| 26 | Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. | 1 |
| 27 | Повторение по теме «Жилище». | 1 |
| 28 | Контрольная работа по теме «Жилище». | 1 |
| 29 | Практическая работа по теме «Уход за жилищем». | 1 |
| 30 | Практическая работа по теме «Уход за жилищем». | 1 |
| 31 | Практическая работа по теме «Уход за жилищем». | 1 |
| 32 | Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года. | 1 |
| 33 | Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине. | 1 |
| 34 | Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. | 1 |
| 35 | Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. | 1 |
| 36 | Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов. | 1 |
| 37 | Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. | 1 |
| 38 | Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). | 1 |
| 39 | Специализированные магазины. | 1 |
| 40 | Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). | 1 |
| 41 | Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). | 1 |
| 42 | Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. | 1 |
| 43 | Практическая работа по теме «Магазины по продаже продуктов питания». | 1 |
| 44 | Практическая работа по теме «Магазины по продаже продуктов питания». | 1 |
| 45 | Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина. | 1 |
| 46 | Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. | 1 |
| 47 | Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. | 1 |
| 48 | Повторение по теме «Одежда и обувь. Питание. Транспорт». | 1 |
| 49 | Контрольная работа по теме «Одежда и обувь. Питание. Транспорт» | 1 |
| 50 | Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). | 1 |
| 51 | Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. | 1 |
| 52 | Культура разговора по телефону. | 1 |
| 53 | Номера телефонов экстренной службы. | 1 |
| 54 | Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. | 1 |
| 55 | Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции. | 1 |
| 56 | Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Профессии рабочих и служащих. | 1 |
| 57 | Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Экскурсия. | 1 |
| 58 | Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. | 1 |
| 59 | Экономика домашнего хозяйства. Виды и источники дохода. | 1 |
| 60 | Определение суммы доходов семьи на месяц | 1 |
| 61 | Основные статьи расходов. | 1 |
| 62 | Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. | 1 |
| 63 | Планирование дорогостоящих покупок. | 1 |
| 64 | Практическая работа по теме «Экономика домашнего хозяйства». | 1 |
| 65 | Практическая работа по теме «Экономика домашнего хозяйства». | 1 |
| 66 | Практическая работа по теме «Экономика домашнего хозяйства». | 1 |
| 67 | Повторение по теме «Средства связи. Предприятия, организации, учреждения. Семья». | 1 |
| 68 | Контрольная работа по теме «Средства связи. Предприятия, организации, учреждения. Семья». | 1 |
|  | Итого | 68 |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | Повторение по теме «Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. | 1 |
| 2 | Повторение изученного по теме «Особенности соблюдения личной гигиены подростком. | 1 |
| 3 | Повторение по теме «Негативное влияние на организм человека вредных веществ. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. | 1 |
| 4 | Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. | 1 |
| 5 | Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. | 1 |
| 6 | Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности. | 1 |
| 7 | Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. | 1 |
| 8 | Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. | 1 |
| 9 | Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. | 1 |
| 10 | Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. | 1 |
| 11 | Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. | 1 |
| 12 | Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. | 1 |
| 13 | Предупреждение отравлений ядохимикатами. | 1 |
| 14 | Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми. | 1 |
| 15 | Повторение по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья. Жилище». | 1 |
| 16 | Повторение по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья. Жилище». | 1 |
| 17 | Контрольная работа по теме «Личная гигиена и здоровье. Охрана здоровья. Жилище». | 1 |
| 18 | Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт | 1 |
| 19 | Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. | 1 |
| 20 | Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. | 1 |
| 21 | Бутерброды. Каши. Блюда из яиц | 1 |
| 22 | Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. | 1 |
| 23 | Практическая работа по теме «Приготовление некоторых блюд для завтрака». | 1 |
| 24 | Практическая работа по теме «Стоимость и расчет продуктов для завтрака». | 1 |
| 25 | Посуда для завтрака. Сервировка стола. | 1 |
| 26 | Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. | 1 |
| 27 | Овощные салаты: виды, способы приготовления. | 1 |
| 28 | Супы (виды, способы приготовления). | 1 |
| 29 | Мясные блюда (виды, способы приготовления). | 1 |
| 30 | Повторение по теме «Одежда и обувь. Питание». | 1 |
| 31 | Контрольная работа по теме «Одежда и обувь. Питание». | 1 |
| 32 | Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. | 1 |
| 33 | Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. | 1 |
| 34 | Практическая работа по теме «Стоимость и расчет продуктов для обеда». | 1 |
| 35 | Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. | 1 |
| 36 | Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. | 1 |
| 37 | Составление меню для холодного ужина. | 1 |
| 38 | Практическая работа по теме «Приготовление несложных салатов и холодных закусок». | 1 |
| 39 | Практическая работа по теме « Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина». | 1 |
| 40 | Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. | 1 |
| 41 | Практическая работа по теме «Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина». | 1 |
| 42 | Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. | 1 |
| 43 | Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. | 1 |
| 44 | Практическая работа по теме «Составление и запись рецептов». | 1 |
| 45 | Практическая работа по теме «Составление и запись рецептов». | 1 |
| 46 | Практическая работа по теме «Составление и запись рецептов». | 1 |
| 47 | Практическая работа по теме «Составление и запись рецептов». | 1 |
| 48 | Приготовление изделий из замороженного теста. | 1 |
| 49 | Практическая работа по теме «Изделия из теста». | 1 |
| 50 | Повторение по теме «Питание». | 1 |
| 51 | Контрольная работа по теме «Питание». | 1 |
| 52 | Практическая работа по теме «Изделия из теста». | 1 |
| 53 | Практическая работа по теме «Изделия из теста». | 1 |
| 54 | Практическая работа по теме «Изделия из теста». | 1 |
| 55 | Практическая работа по теме «Изделия из теста». | 1 |
| 56 | Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка. | 1 |
| 57 | Виды домашних заготовок: соление, маринование. | 1 |
| 58 | Глубокая заморозка овощей и фруктов. | 1 |
| 59 | Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. | 1 |
| 60 | Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов. | 1 |
| 61 | Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. | 1 |
| 62 | Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы. | 1 |
| 63 | Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. | 1 |
| 64 | Денежные переводы. Виды денежных переводов. | 1 |
| 65 | Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение. | 1 |
| 66 | Исполнительные органы государственной власти (города, района). | 1 |
| 67 | Повторение по теме «Питание. Транспорт. Предприятия, организации, учреждения». | 1 |
| 68 | Контрольная работа по теме «Питание. Транспорт. Средства связи.». | 1 |
|  | Итого | 68 |

VII.Материально-техническое обеспечение.

Материально-техническое обеспечение является одним из важнейших условий реализации программы. Оно должно соответствовать особым образовательным потребностям обучающихся.

В ходе изучения данной учебной дисциплины необходимо применять:

* учебно - методический комплекс, включающий в себя тексты, адаптированные для восприятия учащихся с нарушением интеллекта, наборы игр и упражнений по соответствующим темам;
* дидактический раздаточный материал (карточки с заданиями);
* практический и наглядный материал (предметы бытовой техники, мебели, инструмент, одежда и т.д.)
* электронные образовательные ресурсы (учебные фильмы, презентации, изображения и так далее).

Для реализации программы курса применяются современные образовательные технологии, современные компьютерные технологии (проектор, интерактивная доска), целый набор аудивизуальных средств обучения (фильмы, видеопрезентации, аудиозаписи и т.д.

Литература

1. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006т
2. Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе: Кн. Для учителя/под ред. В.В. Воронковой. - М., 1994
3. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида: Методическое пособие.- М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003
4. Девяткова Т.А., Кочеткова Л.Л., Петрикова А.Г., Платонова Н.М., Щербакова А.М. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя./Под ред. А.М. Щербаковой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003
5. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида. Пособие для учителя. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005
6. Новая модель обучения в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях 8 вида: Новые учебные программы и методические материалы. - Кн. 1,2/ под ред. А.М. Щербаковой. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001
7. Программа специальной (коррекционной) школы VIII вида: 5-9 кл.: в 2 сб. / Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2001
8. Хилько А.А. и др. Преподавание социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образ.учрежд. VIII вида: Пособие для учителя.(Серия «Учителю коррекционной школы)