

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Бутаковская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено:
на заседании МО
руководитель МО

Е.Ю. Моргунова Е.Ю.
протокол от 29.08 2024 г. № 1

Принято:
решением педсовета

протокол от 30.08 2024 г. № 1

Утверждаю
Директор школы

И.А. Селезнева
приказ от 30.08 2024 г. № 74



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам социальной жизни

Уровень: основное общее образование (АООП для детей с легкой умственной отсталостью) 5-9 классы
Срок освоения: 4 года

Учитель: Моргунова Е.Ю.

с. Бутаково
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для обучающихся 5-9 классов составлена в соответствии с требованиями к результатам освоения Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью МКОУ Бутаковской средней общеобразовательной школы.

Место предмета в учебном плане: обязательная часть.

Предметная область: человек.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

Класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Количество учебных недель	34	34	34	34	34
Количество часов в неделю, ч/нед.	2	2	2	2	2
Количество часов в год, ч/год	68	68	68	68	68

Виды и формы контроля: тесты, индивидуальные задания, устный опрос, викторины, диаграммы.

Система оценивания учебного предмета – пятибальная.

Цель реализации АООП образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта, адаптацию.

Оценка предметных результатов оформляется в виде отметки по 5-бальной шкале и фиксируется в классном журнале, дневнике обучающегося.

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

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

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

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

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

К личностным результатам освоения учебного предмета относятся:

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

Предметные результаты освоения учебного предмета на конец школьного обучения:

Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

УУД

Личностные учебные действия:

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

Коммуникативные учебные действия:

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

Регулятивные учебные действия:

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

Познавательные учебные действия:

Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Основные требования к уровню подготовки обучающихся

Базовый уровень

Учащиеся должны знать:

- правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач;
- виды одежды и обуви: правила ухода за одеждой и обувью;

- санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;
- различные меню завтрака;
- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила поведения за столом;
- правила поведения при встрече и расставании;
- почтовый адрес своего дома и школы;
- наиболее рациональный маршрут проезда до школы;
- виды магазинов и их назначение.

Учащиеся должны уметь:

- подбирать одежду, обувь, головные уборы по сезону;
- накрывать стол с учетом конкретного меню;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- уметь писать адреса на почтовых открытках;
- соблюдать правила дорожного движения;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу).
- соблюдать правила поведения в магазине;
- оплачивать покупку.

Минимальный уровень

Учащиеся должны знать:

- виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи;
- правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
 - Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.
 - Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.
 - Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.
 - Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.
 - Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.
 - Назначение и различие универмага и универсама.
 - Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты.
 - Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.
 - Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

Учащиеся должны уметь:

- накрывать стол с учетом конкретного меню;
- тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;
- уметь писать адреса на почтовых открытках;
- соблюдать правила дорожного движения;

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупка билета, поведение в салоне и при выходе на улицу).

Содержание учебного предмета за период школьного обучения

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. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

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

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

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

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

Исполнительные органы государственной власти(города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

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

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

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

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

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. *Экономика домашнего хозяйства.* Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Содержание учебного предмета

5 класс

Введение (1 час)

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель: нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

Личная гигиена (11 часа)

Личная гигиена и её значение для человека. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Гигиена зрения. Значение времени в жизни человека. Правила бережного отношения к зрению. Влияние курения, алкоголя на здоровье.

Одежда и обувь (6 часов)

Значение одежды, головных уборов и обуви для человека. Виды одежды. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью.

Питание (14 часов)

Значение питания в жизни людей. Разнообразие продуктов в рационе питания человека. Место и оборудование для приготовления пищи. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением. Сервировка стола.

Семья (2 часа)

Семья, родственные отношения в семье. Состав семьи учащихся.

Культура поведения (9 часов)

Значение осанки и формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам. Правила поведения за столом.

Жилище (10 часов)

Виды жилых помещений. Организация рабочего места школьника. Варианты квартир и подсобных помещений и виды отопления. Почтовый адрес дома, школы- интерната.

Транспорт (7 часов)

Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Торговля (8 часа)

Виды торговых предприятий и их значение для людей. Продуктовые магазины и их отделы. Специализированные продуктовые магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине. Виды товаров, их хранение. Срок годности и стоимость товара.

6 класс

Введение (1 час)

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель: нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

Личная гигиена(4 часа)

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приёмы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных ванн, физических упражнений. Сезонная одежда, обувь, головной убор. Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения.

Одежда и обувь(7 часов)

Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды в порядке. Правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание распоровшегося шва. Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др.

Питание(9 часов)

Гигиена приготовления пищи. Правила и приёмы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др. Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами с применением химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Семья(4 часа)

Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, их продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения(5 часов)

Правила поведения в общественных местах. Способы ведения разговора со старшими и сверстниками. Экскурсия в библиотеку. Обобщение пройденного материала за год. Контрольное тестирование по разделам.

Жилище(10 часов)

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения; использование в уборке электропылесоса. Уход за мебелью, в зависимости от её покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.).

Транспорт(5 часов)

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы-интерната. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Торговля(4 часа)

Магазины промышленных товаров и их отделы. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара, предусмотренного правилами торговли.

Средства связи(6 часов)

Основные средства связи, их назначение. Почта. Виды почтовых отправлений. Виды писем. Порядок отправления письма различного вида. Стоимость пересылки. Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.

Медицинская помощь(6 часов)

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских учреждений. Виды врачебной помощи. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Учреждения и организации(7 часов)

Дошкольные учреждения – детские сады, школа, Дома культуры и их назначение.

7 класс**Введение (1 час)**

Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ.

Личная гигиена (4 часа)

Особенности личной гигиены подростка. Уход за кожей тела и лица. Определение типа кожи. Уход за волосами. Борьба с перхотью. Использование шампуня в соответствии с типом волос. Изучение инструкций к шампуням.

Одежда и обувь (7 часов)

Значение продления срока службы одежды. Виды штопки. Наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей. Стирка белья вручную. Правила и приемы глажения белья. Правила пользования прачечной.

Питание (9 часов)

Виды питания. Гигиена приготовления пищи. Приготовление второго блюда из полуфабрикатов. Приготовление третьего блюда: кисель (компот). Приготовление закуски. Приготовление бутербродов. Составление меню завтрака, обеда. Использование электроприборов при приготовлении пищи.

Семья (4 часа)

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Соблюдение чистоты и порядка в школе и дома.

Культура поведения (5 часов)

Умение приглашать гостей. Гости в доме. Правила поведения в гостях. Подготовка в гости: внешний вид. Изготовление праздничных открыток, сувениров.

Жилище (10 часов)

Санитарная обработка квартиры в случае необходимости. О технике безопасности и мерах предосторожности. Чистильщик, маляр, мойщик.

Транспорт (5 часов)

Железнодорожный вокзал. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, их назначение и основные службы вокзала. Виды пассажирских вагонов, типы поездов, стоимость билета. Дорожная безопасность.

Торговля (4 часа)

Назначение магазинов. Универмаги. Порядок приобретения товаров. Отделы магазинов.

Средства связи (6 часов)

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.

Охрана здоровья (6 часов)

Виды доврачебной помощи. Первая медицинская помощь при травмах, вывихах, переломах. Меры по предупреждению переломов. Лекарственные растения в домашней аптечке. Отвары, настои, настойки, чай.

Предприятия, организации, учреждения (7 часов)

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.

8 класс

Введение (1 час)

Вводный инструктаж по охране труда учащихся в кабинете ОСЖ.

Личная гигиена (4 часа)

Уход за кожей лица. Типы кожи и правила ухода за кожей лица. Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими. Протирание кожи лица лосьоном, нанесение крема.

Одежда и обувь (6 часов)

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Прачечная самообслуживания.

Питание (16 часов)

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Соление огурцов. Квашение капусты. Варка варенья из фруктов. Упражнение в составлении меню. Приготовление блинов. Приготовление печенья. Приготовление вафель.

Семья (13 часов)

Уход за грудным ребенком. Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки. Правила и периодичность купания ребенка. Упражнение в купании. Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности). Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции.

Культура поведения (4 часа)

Культура общения девушки и юноши. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Внешний вид молодых людей. Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия.

Жилище (6 часов)

Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Правила и периодичность уборки кухни. Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Мытьё кафельных стен, чистка раковин.

Транспорт (4 часа)

Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Порядок приобретения. Стоимость проезда. Экскурсия на автовокзал.

Торговля (4 часа)

Специализированные магазины. Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах. Стоимость основных промышленных товаров. Экскурсия в специализированный магазин.

Средства связи (2 часа)

Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб.

Охрана здоровья (6 часов)

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Упражнение в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении. Первая помощь утопающему. Оказание первой помощи утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. Экскурсия в поликлинику.

Предприятия, организации, учреждения (2 часа)

Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их значение.

9 класс**Одежда и обувь (8 часов)**

Стиль одежды, мода, обновление одежды. Выбор одежды при покупке. Правила выведения мелких пятен на одежде.

Практические работы:

- Определение собственных размеров одежды и обуви.
- Экскурсия в магазин.
- Выведение мелких пятен.

Питание (10 часов)

Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд. Составление меню. Сервировка праздничного стола. **Практические работы:**

- Составление меню на день.
- Приготовление диетического блюда.
- Запись рецепта национального блюда и приготовление его.
- Составление меню и сервировка праздничного стола.

Жилище (3 часа)

Расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда.

Практические работы:

- Упражнение в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

Транспорт (3 часа)

Назначение авиатранспорта. Аэровокзал.

Торговля (3 часа)

Значение и виды ярмарок. Время и место их проведения.

Практические работы:

-Участие в школьной ярмарке. Посещение отделов магазинов распродажи товаров по сниженным ценам.

Средства связи (8 часов)

Виды денежных переводов. Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс.

Практические работы:

- Экскурсия на почту.
- Заполнение бланков на отправление денежного перевода.

Семья (6 часов)

Распределение обязанностей по ведению хозяйства.

Практические работы:

-Распределение обязанностей. Планирование бюджета семьи.

Культура поведения (6 часов)

Прием гостей.

Практические работы:

- Сюжетно-ролевая игра «Прием гостей».

Охрана здоровья (8 часов)

Инфекционные заболевания, их предупреждение. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.

Практические работы:

- Сюжетно-ролевая игра «Больной в доме» (уход за ним).

Учреждения, организации и предприятия (4 часа)

Предприятия бытового обслуживания. Назначение.

Практические работы:

- Экскурсия на ближайшее предприятие бытового обслуживания населения для ознакомления с их деятельностью.

Трудоустройство (9 часов)

Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Деловые бумаги. Правила их составления.

Практические работы:

- Составление деловых бумаг.

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Введение	1
2	Личная гигиена	11
3	Одежда и обувь	6
4	Питание	14
5	Семья	2
6	Культура поведения	9
7	Жилище	10
8	Транспорт	7
9	Торговля	8
	<i>Итого:</i>	68

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Введение	1
2	Личная гигиена	4
3	Одежда и обувь	7
4	Питание	9

5	Семья	4
6	Культура поведения	5
7	Жилище	10
8	Транспорт	5
9	Торговля	4
10	Средства связи	6
11	Медицинская помощь	6
12	Учреждения и организации	7
	<i>Итого:</i>	68

Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Введение	1
2	Личная гигиена	4
3	Одежда и обувь	7
4	Питание	9
5	Семья	4
6	Культура поведения	5
7	Жилище	10
8	Транспорт	5
9	Торговля	4
10	Средства связи	6
11	Охрана здоровья	6
12	Предприятия, организации, учреждения	7
	<i>Итого:</i>	68

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Введение	1

2	Личная гигиена	4
3	Одежда и обувь	6
4	Питание	16
5	Семья	13
6	Культура поведения	4
7	Жилище	6
8	Транспорт	4
9	Торговля	4
10	Средства связи	2
11	Охрана здоровья	6
12	Предприятия, организации, учреждения	2
	<i>Итого:</i>	68

Тематическое планирование 9 класс

№ п/п	Раздел	Количество часов
1	Трудоустройство	9
2	Одежда и обувь	8
3	Питание	10
4	Культура поведения	6
5	Жилище	3
6	Транспорт	3
7	Торговля	3
8	Семья	6
9	Средства связи	8
10	Охрана здоровья	8
11	Учреждения, организации и предприятия	4
12	ИТОГО	68