

Государственное общеобразовательное учреждение Тульской области


«Донская школа №1»

Принято

На заседании школьного  
методического  
объединения учителей-  
предметников

Протокол №1 от 28.08.2023

Руководитель ШМО

 Никулина Е.А.

Согласовано

Директор ГОУ ТО

«Донская школа №1»

---

Ларин Г.А.

Приказ № от

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам социальной жизни

для обучающихся 5-9 классов

(Адаптированная основная общеобразовательная программа основного  
общего образования для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) вариант 1)

2023-2024 учебный год

Леонова Ирина Анатольевна

Донской

## **СТРУКТУРА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета
3. Описание места учебного предмета в учебном плане
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета
5. Содержание учебного предмета
6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности
7. Учебное – методическое и материально – технического обеспечение образовательного процесса
8. Планируемые результаты изучения учебного предмета

## 1. Пояснительная записка.

Адаптированная основная общеобразовательная программа для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП УО вариант 1) по основам социальной жизни (ОСЖ) составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (ст.2 п.22; ст.12 п.1,5; ст.28 п.26; ст. 47 п.3 п.п.5; ст.48 п.1п.п.1);
- Приказа Министерства образования и науки от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»; адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Региональным базисным учебным планом для образовательных учреждений Тульской области.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития обучающихся. Задачи предмета — научить детей правилам ведения хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и с обслуживанием членов семьи, заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении. Вместе с тем надо учесть, что в специальных школах и интернатах обучаются и воспитываются дети в основном из неполных или социально неблагополучных семей, не имеющие необходимых нравственно-этических знаний и практических навыков. А некоторые дети, лишенные семьи и попечения родителей, вообще не имеют представления о многих семейных, житейских, бытовых проблемах. Все это способствует развитию у детей потребительских черт и иждивенческих наклонностей. Умение вести хозяйство должно складываться из знакомых, привычных детям обязанностей и дел, которые на первый взгляд просты, но, когда они сталкиваются с ними в быту, это вызывает значительные затруднения. Уроки ОСЖ комплексно решают основные задачи коррекции (выравнивания) личностного развития детей с ограниченными возможностями здоровья, чтобы данный предмет практически подготовил его к самостоятельной жизни.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития обучающихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен, но принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д.

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к образовательной области «Человек и общество». Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для коррекционной школы, а особенно остро она стоит перед учителем основ социальной жизни, который на своих уроках решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит обучающихся к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях. Основная цель предмета «Основы социальной жизни» практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. Курс «ОСЖ» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Содержание дисциплины предусматривает усвоение основ знаний по темам. При отборе содержания курса «ОСЖ» учтены современные научные данные об особенностях познавательной деятельности, эмоционально-волевой регуляции, поведения школьников среднего и старшего звена с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Программа реализует современный взгляд на обучение естественнонаучным дисциплинам, который выдвигает на первый план обеспечение: — накопления представлений об изучаемом материале через взаимодействие с различными носителями информации: устным и печатным словом, иллюстрациями, практической деятельностью в процессе решения учебно-познавательных задач, в совместной деятельности друг с другом в процессе решения проблемных ситуаций и т.п.; — закрепления представлений, постоянное обращение к уже изученному, систематизации знаний и накоплению опыта взаимодействия с предметами познания в игровой, коммуникативной и учебной деятельности; — постепенного усложнения содержания предмета: расширение характеристик предмета познания, преемственность изучаемых тем. Основное внимание при изучении курса «Основы социальной жизни» обусловлено последовательным изучением тем и обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально – этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей. Успешному обучению способствует полноценная предметно-развивающая среда, созданная в школе – интернате. Кабинет ОСЖ оформлен с

максимальной приближенностью к домашней обстановке, организованы различные зоны для практической и теоретической работы. Структура курса представлена следующими разделами: «Личная гигиена», «Питание», «Одежда и обувь», «Семья», «Культура поведения», «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», «Медицинская помощь», «Экономика домашнего хозяйства», «Учреждения и организации», «Трудоустройство». Повышение эффективности усвоения учебного содержания требует организации большого количества наблюдений, практических работ, сюжетно – ролевых игр, экскурсий, использование ИКТ.

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом на изучение курса ОСЖ в 5 и 6 классах выделяется 1 час в неделю, в 7 – 9 классах - 2 часа в неделю (всего-272 часа)

5 класс- 34 часа -1 час в неделю.

6 класс- 34 часа- 1 час в неделю

7 класс- 68 часов-2 часа в неделю

8 класс- 68 часов-2 часа в неделю

9 класс- 68 часов-2 часа в неделю

Изучение курса основано на классно-урочной системе с использованием различных форм и методов обучения, в том числе цифровых образовательных ресурсов и средств мультимедийной поддержки.

### 4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

#### 5 класс

##### Личностные результаты

1. Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание своей этнической и национальной принадлежности, формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций. 2. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. 3. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. 4. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. 5. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

##### Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
Представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их значения для ЗОЖ. Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством	Знание о способах хранения и переработки продуктов питания. Умение составлять меню из предложенных продуктов питания. Умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда. Умения самостоятельно

<p>учителя. Представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи. Знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними. Знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого. Знание названий торговых предприятий, их видов и назначения. Умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого.</p>	<p>совершать покупки различных видов товара. Умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук. Умения соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; усвоение морально – этических норм поведения. Навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.д.).</p>
---	---

## 6 класс

### Личностные результаты

1. Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание своей этнической и национальной принадлежности, формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций. 2. Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий. 3. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. 4. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. 5. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. 6. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

### Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<p>Представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их значения для ЗОЖ. Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя. Представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи. Знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними. Знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого.</p>	<p>Знание о способах хранения и переработки продуктов питания. Умение составлять меню из предложенных продуктов питания. Умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда. Умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара. Умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук. Умения соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; усвоение морально – этических норм поведения. Навыки ведения домашнего хозяйства (уборка</p>

Знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения. Знание названий торговых предприятий, их видов и назначения. Умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого. Представление о различных видах средств связи. Знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах	дома, стирка белья, мытье посуды и т.д.). Умения обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства. Умение пользоваться различными средствами связи в том числе и Интернет –средствами.
---	--

## 7 класс

### Личностные результаты

1. Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание своей этнической и национальной принадлежности, формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций. 2. Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий. 3. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов. 4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире. 5. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. 6. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. 7. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. 8. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. 9. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

### Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
Представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их значения для ЗОЖ. Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя. Представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи. Знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними. Знание	Знание о способах хранения и переработки продуктов питания. Умение составлять меню из предложенных продуктов питания. Умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда. Умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара. Умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук. Умения соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; усвоение морально

правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого. Знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения. Знание названий торговых предприятий, их видов и назначения. Умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого. Представление о различных видах средств связи. Знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных. .	– этических норм поведения. Навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.д.). Умения обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства. Умение пользоваться различными средствами связи в том числе и Интернет –средствами.
--	---

## 8 класс

### Личностные результаты

1. Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; осознание своей этнической и национальной принадлежности, формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций. 2. Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий. 3. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов. 4. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире. 5. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. 6. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. 7. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. 8. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. 9. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. 10. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, мотивации к творческому труду, к работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. 11. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

### Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
Представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их значения для ЗОЖ. Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя. Представление о санитарно-	Знание о способах хранения и переработки продуктов питания. Умение составлять меню из предложенных продуктов питания. Умение самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда. Умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара. Умения



<p>гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи. Знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними. Знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого. Знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения. Знание названий торговых предприятий, их видов и назначения. Умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого. Представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет доходов и расходов семейного бюджета. Представление о различных видах средств связи. Знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазине, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).</p>	<p>ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук. Умения соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; усвоение морально – этических норм поведения. Навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.д.). Умения обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства. Умение пользоваться различными средствами связи в том числе и Интернет –средствами. Знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет.</p>
---	--

## 9 класс

### Личностные результаты

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

### Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
Представление о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания относящихся к различным группам; понимание их	Знание о способах хранения и переработки продуктов питания. Умение составлять меню из предложенных продуктов питания. Умение

<p>значения для ЗОЖ. Уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя. Представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение техники безопасности при приготовлении пищи. Знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними. Знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого. Знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения. Знание названий торговых предприятий, их видов и назначения. Умение совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого. Представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет доходов и расходов семейного бюджета. Представление о различных видах средств связи. Знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазине, транспорте, музеях, медицинских учреждениях). Знание названий организаций социального назначения и их назначение</p>	<p>самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда. Умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара. Умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук. Умения соблюдать правила поведения в доме и в общественных местах; усвоение морально – этических норм поведения. Навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т.д.). Умения обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства. Умение пользоваться различными средствами связи в том числе и Интернет – средствами. Знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет. Составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.</p>
--	--

## 5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 5 класс

**1. Вводное занятие** Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков ОСЖ . Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

**2. Личная гигиена** Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.

**Практические работы** Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос. Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей.

**3. Одежда и обувь** Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

**Практические работы** Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

**4. Питание** Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т.д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода 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 мытье кухонных принадлежностей и посуды.

**5. Культура поведения** Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.

Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.

**6. Жилище** Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес школы-интерната.

#### **Практические работы**

Заполнение почтового адреса на открытках.

**7. Транспорт** Наземный городской транспорт. Проезд (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

#### **Практические работы**

Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся недалеко от школы.

**8. Торговля** Продовольственные магазины и магазины промышленных товаров, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

## **6 класс**

**1. Личная гигиена** Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

#### **Практические работы**

Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

**2. Одежда** Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва). Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

#### **Практические работы**

Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на одежду; подшив брюк, платья; зашивание распоровшегося шва. Стирка и утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

## **3. Питание**

Гигиена приготовления пищи. Хранение 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.

## **4. Семья**

Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.

Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т.д.).

Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

## **5. Культура поведения**

Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).

Поведение при посещении массовых мероприятий.

## **6. Жилище**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пользование пылесосом. Уход за полом. Средства по уходу за полом. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход).

### **Практические работы**

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов.

Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

## **7. Транспорт**

Основные транспортные средства.

Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты).

Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты.

Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

## **8. Торговля**

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.

Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

## **9. Средства связи**

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).

Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы).

Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки, написание адреса и индекса на конвертах.

Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм.

### **Практические работы**

Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.

## **10. Медицинская помощь**

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки).

Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом.

Использование различных видов медицинской помощи.

## **11. Учреждения, организации и предприятия**

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, Дом детского творчества). Их назначение.

## **7 класс**

### **1. Личная гигиена**

Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

### **2. Одежда**

Ремонт разорванных мест одежды, штопка.

Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью\*<sup>0</sup> стиральной машины.

Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.

Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.

### **Практические работы**

Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.

### **3. Питание**

Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и ясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.

### **Практические работы**

Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд. Сервировка стола к обеду.

### **4. Семья**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

### **Практические работы**

Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку. Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста..

### **5. Культура поведения**

Поведение в гостях. Подарки.

### **Практические работы**

Изготовление несложных поделок, используемых в качестве подарка, сувенира.

### **6. Жилище**

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.

Санитарная обработка помещения в случае необходимости.

Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.).

Животные в доме (кошка, собака, попугай).

### **Практические работы**

Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал, утепление окон.

### **7. Транспорт**

Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов.

Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа.

### **8. Торговля**

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.

### **9. Средства связи**

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок их отправления. Упаковка.

Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

### **Практические работы**

Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей.

#### **10. Медицинская помощь**

Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.

#### **Практические работы**

Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного настоя.

#### **11. Учреждения, организации, предприятия**

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.

#### **12. Экономика домашнего хозяйства**

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.

Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.

Мелкие расходы.

#### **Практические работы**

Упражнения по определению доходов семьи. Составление доверенности на получение зарплаты.

### **8 класс**

#### **1. Личная гигиена**

Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).

#### **Практические работы**

Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесении крема.

#### **2. Одежда**

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей домашних условиях.

Утюжка блузок, рубашек, платьев.

Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания.

#### **Практические работы**

Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.

#### **3. Питание**

Приготовление изделий 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. Упражнения в составлении меню.

#### **4. Семья**

Уход за грудным ребенком (кормление из соски и с ложки, купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек).

#### **Практические работы**

Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы; мытье детской посуды, игрушек.

## **5. Культура поведения**

Культура общения юноши и девушки.

Внешний вид молодых людей.

## **6. Жилище**

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.

Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.

## **Практические работы**

Мытье кафельных стен, чистка раковин.

## **7. Транспорт**

Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты.

Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.

Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов.

Стоимость проезда.

## **8. Торговля**

Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.

## **Практические работы**

Упражнения в подсчете стоимости покупок.

## **9. Средства связи**

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном.

Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов

милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода,

неисправности электросети, получение

справок по телефону. Служба точного времени.

Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной

связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.

## **10. Медицинская помощь**

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему.

Глистные заболевания и меры их предупреждения.

## **Практические работы**

Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании. Упражнения в оказании первой помощи утопающему.

## **11. Учреждения, организации и предприятия**

Департамент, муниципалитет, префектура, милиция. Их назначение.

## **12. 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**

Упражнения в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах).

Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии, газа,

заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах), в оказании материальной помощи родственникам.

## **9 класс**

### **1. Личная гигиена**

Здоровый образ жизни — одно из условий успеха в жизни человека. (Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле — здоровый дух.)

### **2. Одежда и обувь**

Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей). Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке.

Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях (средства, правила выведения). Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

### **Практические работы**

Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.

### **2. Питание**

Приготовление национальных блюд. Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола.

Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.

### **Практические работы**

Приготовление национальных блюд; составление меню праздничного стола; сервировка праздничного стола; приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.

## **3. Семья**

Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции).

Закон Российской Федерации о браке и семье.

### **4. Культура поведения**

Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей.

### **5. Жилище**

Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.

### **Практические работы**

Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.

### **6. Транспорт**

Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда

### **7. Торговля**

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами, скупка вещей у населения.

Ярмарки. Их виды, время и место проведения.

### **8. Средства связи**

Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет.

Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.



### **Практические работы**

Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанции по оплате телефонных услуг.

#### **9. Медицинская помощь**

Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.

Уход за больными. Листок нетрудоспособности.

### **Практические работы**

Уход за больным: переодеть, умыть, накормить больного (взрослого, ребенка), измерять температуру, наложить горчичники (на куклу), сменить постель лежащего больного.

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш к лекарствам).

#### **10. Учреждения, организации и предприятия**

Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение (ремонтно-бытовые мастерские и пункты, парикмахерские и т.п.).

#### **11. Экономика домашнего хозяйства**

Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви и одежды).

Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Кредит. Государственное страхование.

### **Практические работы**

Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей, упражнения в расчетах рационального ведения домашнего хозяйства.

#### **12. Профориентация и трудоустройство**

Выбор профессии. Профессионально-жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу.

## **6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности**

**5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Основные виды деятельности</b>
1..	<b>(Введение 1 час)</b> Вводное занятие	Иметь представления о кабинете для уроков ОСЖ, его оборудовании. Знать: название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкцию по ТБ при нахождении в кабинете ОСЖ, правила учащихся школы
2..	<b>(Личная гигиена 5 часов)</b> Личная гигиена	Знать: последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; периодичность и правила ухода за ушами; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Уметь: совершать вечерний туалет в определенной последовательности; выбирать

		прическу и причесывать волосы; стричь ногти на руках, ногах
3.	Личные вещи	Знать: правила личной гигиены; названия вещей личного пользования; назначение личных вещей. Уметь: стирать индивидуальные личные вещи; содержать личные вещи в чистоте
4.	Гигиена зрения	Знать: правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Уметь: соблюдать правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач; соблюдать правила личной гигиены; располагать настольную лампу для работы за письменным столом
5.	Личная гигиена (практическая работа)	Знать: правила утреннего и вечернего туалета; правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Уметь: соблюдать правила работы с острыми режущими предметами, правила освещенности рабочего места; соблюдать правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач
6.	О вреде курения, алкоголя	Знать: о пагубном влиянии курения, алкоголя на растущий организм; о соблюдении правил здорового образа жизни. Уметь: корректно отказаться от предлагаемых папирос, глотка алкоголя, проявив силу воли; соблюдать правила здорового образа жизни
7.	<b>(Культура поведения 4 часа)</b> Осанка	Знать: требования к осанке при ходьбе, в положении стоя и сидя; правильное положение тела для сохранения осанки. Уметь: следить за своей осанкой; принимать правильную позу в положении сидя и стоя; - самостоятельно составлять правила для выработки правильной осанки
8.	Формы обращения с просьбой	Знать: правила поведения при встрече и расставании с друзьями; способы ведения разговора со старшими и сверстниками при расставании; формы обращения с просьбой, вопросом. Уметь: следить за своей походкой, жестикуляцией; соблюдать правила общения, ведения разговора со старшими и сверстниками при расставании
9.	Правила поведения за столом	Знать: правила поведения за столом; правила этикета. Уметь: правильно сидеть за столом; пользоваться столовыми приборами, салфеткой; красиво и аккуратно принимать пищу

10.	Культура поведения за столом. Практическая работа.	Уметь: правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях; — вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым
11.	<b>(Семья 3 часа)</b> Состав семьи учащегося	Знать: родственные отношения в семье; состав семьи (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка); фамилии, имена, отчества каждого члена семьи; возраст каждого члена семьи, их дни рождения
12.	Генеалогическое древо. Практическая работа.	Знать: состав семьи; имена, отчества, фамилии и возраст членов семьи; понятие «родословное древо». Уметь: называть состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст близких родственников; рассказывать о взаимоотношениях в семье
13.	Тестирование по пройденным темам	Вспомнит и систематизировать знания по пройденным темам.
14.	<b>(Одежда, обувь 5 часов)</b> Виды одежды	Знать: виды одежды, их назначение. Уметь: различать одежду в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; подбирать одежду по сезону, в зависимости от назначения
15.	Чистка одежды, сушка.	Знать: правила ухода за одеждой. Уметь: сушить и чистить одежду; подготавливать одежду к хранению; подбирать материалы для чистки верхней одежды
16.	Виды обуви. Чистка, хранение обуви.	Знать: виды обуви и их назначение; правила ухода за обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных материалов). Уметь: различать обувь в зависимости от назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; обувь по сезону; подготавливать обувь к хранению; подбирать крем и чистить кожаную обувь
17.	Виды головных уборов.	Знать: виды головных уборов и их назначение; времена года. Уметь: подбирать головной убор по сезону; называть виды головных уборов в зависимости от времени года
18.	Одежда и обувь (практическая работа)	Знать правила чистки и сушки одежды и обуви; Уметь: применять на практике полученные знания; чистить и сушить одежду и обувь
19.	<b>(Жилище 3 часа)</b> Виды жилых помещений.	Знать: виды жилых помещений в городе и селе, виды отопления в городе и селе. Уметь: соблюдать порядок в жилом помещении; называть виды жилых помещений; называть

		виды отопления в жилых и нежилых помещениях
20.	Виды жилья. Варианты квартир.	Знать: организация рабочего места школьника; правила уборки помещений, чистки мягкой мебели, мытья зеркал, утепления окон. Уметь: соблюдать порядок на рабочем столе и в жилом помещении
21..	Понятие "Почтовый адрес". Почтовый адрес школы, дома (практическая работа)	Знать почтовый адрес адресанта и адресат : писать адрес жилого помещения на почтовых открытках, почтовых конвертах, переводе, телеграмме, телеграфном переводе; писать индекс по шаблону
22.	<b>(Транспорт 3 часа)</b> Виды транспортных средств.	Знать: основные виды транспортных средств, имеющихся в городе, селе маршрут следования в образовательное учреждение и обратно. Уметь: различать и называть виды транспортных средств в городе и селе; составлять маршрут от дома до учебного учреждения
23.	Поведение в транспорте.	Знать: правила поведения в транспорте. Уметь: соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе из транспорта)
24.	Правила и знаки дорожного движения.	Знать правила передвижения на велосипеде. Уметь: соблюдать правила дорожного движения; различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы-интерната и обратно
25.	<b>(Торговля 5 часов)</b> Виды и значение торговых предприятий.	Знать: виды магазинов; правила поведения в магазине. Уметь: культурно вести себя с работниками торговли; выбирать необходимые продукты питания; ориентироваться в торговых предприятиях, которые реализуют товары населению
26.	Отделы продовольственных магазинов.	Знать: назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции; специализированные продуктовые магазины. Уметь: выбирать необходимые продукты для питания; выбирать продукты с помощью продавца; соблюдать правила поведения в магазине
27.	Виды товаров.	Знать: правила покупки товаров; стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 видов круп (пшено, рис и т. п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов. Уметь: подсчитывать (с

		округлением) сумму за приобретенные продукты; соблюдать правила поведения в торговом зале
28.	Срок годности продуктов питания.	Знать: срок годности товара; правила хранения продуктов питания. Уметь: выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; хранить продукты питания
29.	Итоговое тестирование. по пройденным темам.	Знать: стоимость хлебных, молочных продуктов, 2-3 видов круп (пшено, рис и т. п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов; отделы магазина и товар в этих отделах. Уметь: оплатить покупку, проверить чек и сдачу; культурно вести себя с работниками торговли; определять сроки годности покупаемых продуктов
30.	<b>(Питание 2 часа)</b> Значение питания в жизни человека.	Знать: значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Уметь: составлять рацион питания; рассказывать о влиянии правильного режима и рационального питания на здоровье детей; объяснять смысл пословицы
31.	Кухонные принадлежности. Уход за посудой.	Знать: правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Уметь: строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами; распределять кухонные принадлежности по назначению
32.	<b>Повторение (3 часа)</b> Повторение по пройденным темам (резервный урок	Знать: правила мытья посуды; правила техники безопасности на кухне. Уметь: строго соблюдать правила безопасной работы; выполнять правила и приемы ухода за посудой и помещением
33.	Повторение по пройденным темам (резервный урок)	Вспомнить знания по пройденным темам.
34.	Повторение по пройденным темам. (резерв)	Вспомнить знания по пройденным темам.

## 6 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности
1.	<b>Гигиена 2 часа)</b> Закаливание организма.	Знать: правила закаливания организма; приемы обтирания и мытья ног; правила соблюдения личной гигиены во время физических

		занятий и походов. Уметь: закаливать свой организм; соблюдать правила личной гигиены дома, в школе, во время походов, экскурсий
2.	Гигиена зрения.	Знать: правила и приемы ухода за органами зрения; способы сохранения зрения. — Уметь: производить уход за глазами; применять способы сохранения зрения; соблюдать правила гигиены чтения и письма; выполнять упражнения во время отдыха глаз
3.	<b>(Культура поведения 4 часа)</b> Поведение в музее, библиотеке	Знать: правила поведения в зрелищных и культурно просветительских учреждениях. Уметь: культурно вести себя в читальном зале
4.	Поведение в кино, театре	Знать: правила поведения в зрелищных и культурно просветительских учреждениях. Уметь: соблюдать правила поведения в общественных местах: театре, клубе
5.	Практическая работа. Правила поведения в общественных местах.	Знать: правила поведения в зрелищных и культурно просветительских учреждениях. Уметь: культурно вести себя в театре, клубе
6.	Способы ведения разговора	Знать: способы ведения разговора со старшими, сверстниками. Уметь: тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками
7.	<b>(Семья 2 часа)</b> Место работы членов семьи	Знать: место работы, должность, продуктивную деятельность членов семьи и близких родственников. Уметь: рассказать о месте работы и должности членов своей семьи по составленной таблице
8.	Права и обязанности членов семьи	Знать: распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи; права и обязанности ребенка в семье
9.	<b>(Одежда/, обувь. 5 часов)</b> Значение опрятного вида человека.	Знать: санитарно-гигиенические требования; правила безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: пришивать пуговицы, крючки, петли, кнопки, вешалки
10.	Зашивание распоровшегося шва.	Знать: санитарно-гигиенические требования; правила безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: зашивать одежду по распоровшемуся шву
11.	Практическая работа. Пришиваем пуговицы, крючки и др.	Знать: санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами. Уметь: подшить платье, брюки, рубашки

12.	Ручная стирка изделий и хлопчатобумажной ткани.	Знать: правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами; правила стирки изделий из хлопчатобумажных тканей. Уметь: подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных тканей; стирать изделия из цветных хлопчатобумажных тканей
13.	Контрольное тестирование по пройденным темам.	Вспомнить пройденные темы.
14.	<b>(Жилище 3 часа)</b> Гигиенические требования к жилому помещению.	Знать: гигиенические требования к жилому помещению. Уметь: соблюдать и выполнять гигиенические требования к жилому помещению
15.	Уход за мебелью.	Знать: уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.). Уметь: осуществлять уход за мебелью
16.	Практическая работа. Генеральная уборка.	Уметь: чистить мебель; соблюдать правила безопасной работы с электроприборами и химическими средствами
17.	<b>(Медицина 1 час)</b> Виды и персонал медицинских учреждений.	Знать: виды медицинских учреждений. Уметь: обращаться за помощью в медицинское учреждение Знать: функции основных врачей-специалистов. Уметь: описывать симптомы болезни для определения врачом лечения; выполнять сбор анализов
18.	<b>(Транспорт 3 часа)</b> Городской транспорт.	Знать: виды городского транспорта. Уметь: соблюдать правила проезда в городском общественном транспорте; соблюдать правила дорожного движения
19.	Оплата за проезд.	Знать: стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого проездного билетов); порядок приобретения билетов и талонов; компостирование талонов
20.	Маршрут передвижения по городу.	Уметь: выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу
21.	<b>(Торговля 3 часа)</b> Магазины протоваров. Отделы	Знать: виды магазинов промышленных товаров, их назначение и отделы. Уметь: выбрать нужный товар в протоварном магазине
22.	Порядок приобретения товара	Знать: правила покупки товаров. Уметь выбрать нужный товар; выяснить срок гарантии на его использование; оплатить покупку, проверить чек и сдачу
23.	Обмен товара по чеку	Знать: стоимость наиболее необходимых

		товаров (одежды, обуви, посуды и др.). Уметь хранить чек в течение срока гарантии на товар; вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя
24.	<b>(Средства связи 2 часа)</b> Основные средства связи	Знать: основные средства связи. Уметь: пользоваться современными средствами связи
25.	Виды почтовых отправлений	Знать: виды почтовых отправлений
26.	<b>(Учреждения, организации 3 часа)</b> Детские дошкольные учреждения	Знать: виды детских учреждений и их назначение. Уметь: соблюдать правила поведения
27.	Гимназия, лицей, колледж	Знать: виды образовательных учреждений и их назначение. Уметь: соблюдать правила поведения в школе и других общественных местах
28.	Итоговое тестирование по пройденным темам	Вспомнить пройденный материал, систематизировать знания.
29.	<b>(Питание 2 часа)</b> Гигиена приготовления пищи	Знать: способы выбора доброкачественных продуктов. Уметь: применять на практике полученные знания; выбирать доброкачественные продукты
30.	Хранение продуктов и готовой пищи	Знать: способы хранения продуктов и готовой пищи. Уметь: определять срок хранения продуктов и готовой пищи
31.	<b>Повторение (4 часа)</b> Повторение по пройденным темам (резерв)	Повторение знаний по пройденным темам
32.	Повторение по пройденным темам. Резерв.	Повторение знаний по пройденным темам
33.	Повторение по пройденным темам (Резервный урок)	Повторение знаний по пройденным темам
34.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам

## 7 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности
1.	<b>(Гигиена 2 часа)</b> Личная гигиена подростка.	Знать: правила личной гигиены девушки и юноши; виды косметических салфеток; правила ухода за кожей лица. Уметь: определить тип кожи и волос
2.	Пользование шампунем.	Знать: правила ухода за волосами. Уметь: подбирать мыло и шампунь, средства



		от перхоти и выпадения волос
3.	<b>(Культура поведения 4 часа)</b> Правила приема приглашения в гости.	Знать: правила поведения при встрече и расставании. Уметь: культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.)
4.	Подготовка к поездке в гости.	Знать: правила поведения в гостях. Уметь: соблюдать правила поведения в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.)
5.	Подарки.	Знать: правила поведения при вручении и приеме подарков. Уметь: выбирать подарки; вручать и принимать подарки
6.	Культура поведения. Практическая работа.	Уметь: изготавливать простые сувениры; осуществлять работу по технологическим пооперационным картам
7.	<b>(Семья 4 часа)</b> Помощь родителям по уходу за младшими детьми.	Знать: гигиенические правила; правила ухода за младшими детьми. Уметь: ухаживать за младшими детьми; помогать младшим при уборке игрушек
8.	Разучивание тихих игр.	Знать: правила малоподвижных игр. Уметь: объяснять младшим детям правила игры и играть с ними в «тихие» игры
9.	Сказки, песенки.	Знать: различные сказки, песенки. Уметь: рассказывать младшим детям сказки; - петь с ними детские песенки
10.	Подвижные игры.	Знать: различные подвижные игры. Уметь: объяснять малышам правила игры и играть с ними в подвижные игры
11.	<b>(Одежда, обувь 12 часов)</b> Мелкий ремонт одежды.	Знать: значение продления срока службы одежды. Уметь: ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами штопки, накладыванием заплат)
12.	Штопка одежды.	Знать: виды штопки. Уметь: ремонтировать разорванные места на одежде разными видами штопки
13.	Заплата нашивная.	Знать: технику наложения заплат. Уметь: ремонтировать разорванные места на одежде (накладывание заплат)
14.	Заплата декоративная.	Знать: технику наложения заплат. Уметь: ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами заплат)
15.	Практическая работа. Штопка, наложение заплат.	Знать: виды штопки. Уметь: ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами штопки)
16.	Бытовая техника для стирки.	Знать: устройство стиральной машины и правила пользования ею; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке с помощью

		стиральной машины. Уметь: стирать белое белье с помощью стиральной машины
17.	Стирка изделий из х/б ткани.	Знать: санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке вручную. Уметь: стирать белое белье вручную
18.	Стирка изделий из шелка.	Знать: санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке вручную. Уметь: стирать изделия из шелка вручную
19.	Приемы глажения белья	Знать: санитарно-гигиенические требования (последовательность и особенности) к глажению одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. Уметь: гладить одежду и белье
20.	Приемы глажения брюк.	Знать: санитарно-гигиенические требования (последовательность и особенности) к глажению брюк. Уметь: гладить брюки
21.	Прачечная . Виды услуг.	Знать: назначение прачечной; виды услуг, способы сдачи вещей в прачечную; правила пользования прачечной самообслуживания. Уметь: сдавать белье в прачечную
22.	Одежда и обувь. Практическая работа.	Знать: санитарно-гигиенические требования (последовательность и особенности) к глажению одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. Уметь: стирать и гладить одежду и белье
23.	<b>(Жилище 7 часов)</b> Регулярная уборка.	Знать: последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения. Уметь: убирать жилые помещения
24.	Сезонная уборка.	Знать: виды моющих средств, используемых при уборке дома. Уметь: убирать жилые помещения
25.	Способы ухода за окнами.	Знать: способы и периодичность ухода за окнами; виды моющих средств, используемых при мытье окон; способы утепления окон. Уметь: мыть зеркала и стекла; утеплять окна
26.	Виды моющих средств.	Знать: виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Уметь: использовать бытовые химические средства
27.	Санитарная обработка помещений.	Знать: виды моющих средств, используемых при уборке. Уметь: убирать жилые помещения
28.	Способы и средства ухода за полом.	Знать: виды моющих средств, используемых при уборке. Уметь: ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства
29.	Тестирование по	Вспомнить и систематизировать знания по

	пройденным темам. Уход за мебелью	пройденным темам. Знать: правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Уметь: убирать жилые помещения
30.	<b>(Медицина 5 часов)</b> Домашняя аптечка.	Знать: основной состав домашней аптечки. Уметь: использовать лекарственные средства при оказании первой помощи
31.	Виды доврачебной помощи	Знать: виды доврачебной помощи; правила обработки раны; меры предупреждения осложнений после микротравмы. Уметь: обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь
32.	Первая помощь при травмах	Знать: правила оказания первой помощи при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины); наложение повязки. Уметь: обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь
33.	Первая помощь при переломах	Знать: меры по предупреждению переломов. Уметь: оказывать первую помощь при переломах; рассказывать о мерах по предупреждению переломов
34.	Медицинская помощь. Практическая работа	Знать: меры по предупреждению переломов. Уметь: обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь
35.	<b>(Транспорт 6 часов)</b> Экскурсия на вокзал	Знать: правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте. Уметь: определять пункт назначения; выбирать вид поезда, тип вагона; узнавать стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона, соотнося с платежными возможностями
36.	Междугородний железнодорожный транспорт	Знать: функции железнодорожного транспорта. Уметь: ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом
37.	Службы вокзала	Знать: виды справочных служб, сроки и место возврата приобретенного билета. Уметь: обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону
38.	Виды вагонов	Знать: тип пассажирского вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Уметь: различать типы пассажирских вагонов
39.	Билеты. Расписание	Знать: примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния. Уметь: ориентироваться в ж/д расписании; приобретать билеты в ж/д кассе
40.	Камера хранения	Знать: камеры хранения; сроки и стоимость хранения багажа. Уметь: пользоваться камерами хранения багажа

41.	<b>(Торговля 4 часа)</b> Универмаги, универсамы, их назначение	Знать: назначение универмага и универсама; различия между ними; за какими товарами лучше обратиться в универмаг, а за какими - в универсам. Уметь: объяснять различия универмага и универсама; рассказывать о назначении универсама и универмага
42.	Отделы магазинов	Знать: стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь: приобретать товары с учетом потребно- сти в них и финансовых возможностей
43.	Порядок приобретения товара	Знать: стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь: приобретать товары с учетом потребно- сти в них и финансовых возможностей
44.	Торговля. Практическая работа	Знать: стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь: приобретать товары с учетом потребно- сти в них и финансовых возможностей
45.	<b>(Средства связи 7 часов)</b> Виды бандеролей	Знать: перечень предметов, посылаемых бандеролью; максимальный вес почтовых отправлений. Уметь: заполнять бланк на отправку бандероли; составлять опись посылаемых предметов
46.	Упаковка. Порядок почтового отправления	Знать: виды и способы упаковки. Уметь: составить опись посылаемых предметов; упаковать бандероль
47.	Посылка. Виды упаковки	Знать: перечень предметов, посылаемых в посылке; максимальный вес, виды и способы упаковки. Уметь: заполнять бланк на отправку посылки; составлять опись посылаемых предметов; упаковать посылку в твердую упаковку
48.	Стоимость пересылки	Знать: правила отправления, определение стоимости отправки простых и ценных посылок. Уметь: определить стоимость почтовых отправлений
49.	Правила отправления посылок	Знать: правила отправления разных видов по- сылки. Уметь: заполнять бланк; составлять опись; упаковывать посылки
50.	Средства связи. Практическая работа	Знать: виды почтовых отправлений. Уметь: заполнять бланк на отправку бандероли, посылки; составлять опись посылаемых предметов; упаковать бандероль, посылку в твердую упаковку; определять стоимость почтовых отправлений
51.	Экскурсия на почту, телеграф	Знать: определение стоимости почтовых от- правлений. Уметь: вежливо обращаться к работникам почты
52.	<b>(Питание 9 часов)</b>	Знать: виды питания, их особенности.

	Виды питания	Уметь: включать в рацион питания человека разнообразные продукты; объяснять необходимость дробного питания
53.	Значение первых блюд	Знать: значение первых блюд. Уметь: приготавливать первое блюдо (суп) по рецепту из доступных по цене продуктов
54.	Значение блюд из овощей, рыбы, мяса	Знать: значение вторых блюд. Уметь: приготавливать вторые блюда из овощных, рыбных, мясных продуктов
55.	Салат Практическая работа.	Знать: значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Уметь: приготавливать вторые блюда из овощей; использовать механические и электроприборы при приготовлении пищи
56.	Приготовление второго блюда. Практическая работа	Знать: рецепт второго блюда. Уметь: пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером) и др.; приготовить второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов
57.	Практическая работа Приготовление киселя.	Знать: правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи
58.	Составление меню завтрака, обеда, ужина	Знать: правила составления меню завтрака, обеда, ужина на день. Уметь: составлять меню завтрака, обеда, ужина на день
59.	Составление меню на неделю	Знать: правила составления меню на неделю. Уметь: составлять меню на неделю
60.	Итоговое тестирование по пройденным темам	Вспомнить и систематизировать знания полученные на уроках.
61.	<b>(Учреждения, организации 2 часа)</b> Экскурсия на предприятие. Название рабочих специальностей, цехов, отделов.	Знать: названия рабочих специальностей. Уметь: объяснять значение предприятий для жителей города и села
62.	Название рабочих специальностей, цехов, отделов.)	Повторение знаний по пройденным темам
63.	<b>Повторение (6 часов)</b> Повторение по пройденным темам. Резерв.	Повторение знаний по пройденным темам
64.	Повторение по пройденным темам (резервный урок)	Повторение знаний по пройденным темам
65.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам
66.	Повторение пройденного резерв	Повторение знаний по пройденным темам
67.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам
68.	Повторение пройденного	Повторение знаний по пройденным темам

	Резерв	
--	--------	--

## 8 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности
1.	<b>(Гигиена 2 часа)</b> Приемы ухода за кожей лица.	Знать: правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею. Уметь: правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног; использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; в меру пользоваться косметикой
2.	Средства и способы укрепления здоровья.	Знать: средства и способы сбережения здоровья. Уметь: беречь свое здоровье
3.	<b>(Культура поведения 4 часа)</b> Культура общения юношей и девушек.	Знать: правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома. Уметь: культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах (в кино, на танцах и т. д.), дома
4.	Внешний вид.	Знать: требования к внешнему виду молодых людей. Уметь: выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности
5.	Выбор одежды.	Уметь: выбирать одежду для турпохода и посещения танцевального вечера
6.	Культура поведения. Практическая работа.	Знать: требования к внешнему виду молодых людей. Уметь: выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности
7.	<b>(Семья 6 часов)</b> Грудной ребенок в семье.	Знать: правила ухода за грудным ребенком. Уметь: ухаживать за грудным ребенком, кормить, пеленать, купать его
8.	Периодичность кормления ребенка.	Знать: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки. Уметь: кормить куклу из соски и с ложечки
9.	Правила купания ребенка.	Знать: правила купания малышей. Уметь: купать куклу
10.	Одевание и пеленание ребенка.	Знать: правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка. Уметь: пеленать куклу
11.	Уход за ребенком. Практическая работа.	Знать: правила купания, последовательность одевания и пеленания грудного ребенка
12.	Правила содержания детской посуды, игрушек.	Знать: санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек. Уметь: содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки

13.	<b>(Одежда, обувь 6 часов)</b> Шерстяные и синтетические ткани.	Знать: правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей. Уметь: стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей
14.	Стиральные порошки.	Знать: правила безопасности в использовании стирального порошка
15.	Стирка в домашних условиях.	Знать: правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей. Уметь: стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей
16.	Утюжка рубашек, блузок.	Знать: правила и последовательность глажения изделий. Уметь: гладить блузки, рубашки, платья
17.	Одежда и обувь (практическая работа)	Знать: правила и последовательность стирки и глажения изделий. Уметь: стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; гладить блузки, рубашки, платья
18.	Химчистка.	Знать: виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение; виды оказываемых ими услуг правила подготовки вещей к сдаче в чистку
19.	<b>(Жилище 4 часа)</b> Моющие средства для уборки.	Знать: моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла
20.	Уборка кухни, санузла, ванны.	Знать: правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны. Уметь: мыть кафельные стены, чистить раковины
21.	Печатные инструкции к моющим средствам.	Уметь: пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны
22.	Жилище. Практическая работа.	Знать: моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла; санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Уметь: мыть кафельные стены, чистить раковины; пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны
23.	<b>(Медицинская помощь 7 часов)</b> Первая помощь при ожогах.	Знать: правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: обработка поврежденного участка кожи при ожоге. Уметь: оказать первую помощь при ожоге
24.	Первая помощь при обморожении.	Знать: правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: при обморожении разной степени.

		Уметь: оказать первую помощь при обморожении
25.	Первая помощь при отравлении.	Знать: правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: промывание желудка при отравлении. Уметь: оказать первую помощь при отравлении
26.	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.	Знать: правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (выведение из состояния теплового и солнечного ударов). Уметь: оказать первую помощь
27.	Первая помощь утопающему.	Знать: приемы оказания помощи спасенному из водоема. Уметь: оказать первую помощь утопающему
28.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	Знать: меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Уметь: оказать первую помощь
29.	Тестирование по пройденным темам	Вспомнить и систематизировать знания по пройденным темам
30.	<b>(Транспорт 2 часа)</b> Маршруты, билеты.	Знать: основные автобусные маршруты. Уметь: выполнять правила безопасности при поездке на автобусных видах транспорта
31.	Водный транспорт. Порт.	Знать: основные маршруты водного транспорта; правила безопасной поездки на речном и морском видах транспорта.
32.	<b>(Торговля 4 часа)</b> Виды рынков.	Знать: понятие «рынок», его виды и назначение для населения. Уметь: называть виды рынков и их назначение; определять местоположение рынка в данном населенном пункте
33.	Различие рынка и магазина.	Знать: основные отличия рынка от магазина; права покупателя на рынке. Уметь: называть отличительные признаки рынка от магазина
34.	Экскурсия на рынок.	Знать: правила поведения на рынке; цены на основные овощи: картофель, капусту, морковь и др., а также фрукты, ягоды и промышленные товары. Уметь: выбрать месторасположение нужных товаров
35.	Торговля. Практическая работа.	Уметь: выбирать продукцию в соответствии с ее качеством (внешний вид, вкус и др.), количеством, ценой
36.	<b>(Средства связи 5 часов)</b> Телефон.	Знать: виды телефонной связи; периодичность оплаты телефона, оплата за телефон. Уметь: пользоваться средствами общения; соблюдать правила разговора по телефону
37.	Телефонный справочник.	Знать: правила пользования телефонным справочником.



		Уметь: получить по телефону справку
38.	Культура разговора по телефону.	Знать: номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа; правила культурного краткого разговора. Уметь: кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; культурно разговаривать по телефону
39.	Междугородняя телефонная связь.	Знать: виды междугородней связи; правила пользования автоматической телефонной связью
40.	Средства связи. Практическая работа.	Знать: тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния; порядок заказа междугороднего разговора по адресу. Уметь: узнать время по телефону
41.	<b>(Учреждения, организации 4 часа)</b> Департамент.	Знать: куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи. Уметь: обращаться с вопросами и просьбами к работникам департамента
42.	Муниципалитет. Префектура.	Знать: адрес местной префектуры, отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, по трудоустройству молодежи, куда можно обратиться за помощью. Уметь: обращаться с вопросами и просьбами к работникам муниципальных учреждений
43.	Полиция.	Знать: адрес комиссии по делам несовершеннолетних. Уметь: обращаться с вопросами и просьбами к работникам муниципальных учреждений
44.	Экскурсия в администрацию.	Уметь: обращаться с вопросами и просьбами к работникам муниципальных учреждений
45.	<b>(Экономика домашнего хозяйства 8 часов)</b> Бюджет семьи.	Знать: составные части бюджета семьи и их размер
46.	Основные статьи расходов семьи.	Знать: основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др.; стоимость крупных покупок (одежды, обуви, мебели и др.). Уметь: подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день
47.	Экономика домашнего хозяйства. Практическая работа.	Знать: основные статьи расходов в семье. Уметь: планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки
48.	Правила экономии.	Знать: правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами); виды

		преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.). Уметь: соблюдать правила экономии в семье
49.	Содержание жилища., его оплата.	Знать: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты за электроэнергию, газ, телефон; экономия электроэнергии. Уметь: снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т. п., заполнять квитанции
50.	Сбережение.	Знать: виды и цели сбережений, порядок помещения сбережений в Сбербанк. Уметь: соблюдать правила экономии в семье
51.	Виды вкладов.	Знать: порядок помещения сбережений в Сбербанк. Уметь: выбирать виды хранения сбережений и вклады в Сбербанке
52.	Экскурсия в сбербанк.	Знать: виды деятельности ЖЭКа. Уметь: обращаться к работникам ЖЭКа (ДЭЗа) для решения вопросов
53.	<b>(Питание 11 часов)</b> Виды теста.	Знать: виды теста. Уметь: приготавливать тесто для выпечки пирогов, печенья, для пельменей
54.	Тесто пресное.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: приготовить пресное тесто и изделия из него (печенье)
55.	Питание. Практическая работа.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: приготовить пресное тесто и изделия из него (печенье)
56.	Тесто дрожжевое.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: приготовить дрожжевое тесто
57.	Приготовление лапши.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: приготовить пресное тесто и изделия из него (лапшу)
58.	Питание. Практическая работа.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: готовить изделия из теста
59.	Выпечка печенья.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: готовить изделия из теста
60.	Выпечка печенья. Практическая работа.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: готовить изделия из теста
61.	Тесто для блинов.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: готовить изделия из теста
62.	Изделие из теста. Практическая работа.	Знать: способы приготовления изделий из теста. Уметь: готовить изделия из теста
63.	Итоговое тестирование по пройденным темам	Вспомнить и систематизировать знания по пройденным темам
64.	<b>Повторение (5 часов)</b> Запись рецептов. (Резервный урок)	Знать: способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов. Уметь: записать рецепт соленья, варенья, консервирования
65.	Заготовка продуктов впрок (Резервный урок)	Знать: способы заготовки продуктов впрок. Уметь: записать рецепт соленья, варенья,

		консервирования
66.	Сушка продуктов. (Резервный урок)	Знать: способы заготовки впрок ягод, фруктов, овощей, зелени. Уметь: заготавливать ягоды, зелень без тепловой обработки
67.	Заморозка продуктов. (резервный урок)	Знать: способы заготовки впрок ягод, фруктов, овощей, зелени. Уметь: шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп
68.	Повторение пройденного Резерв	Вспомнить и повторить знания по пройденным темам

### 9 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности
1.	<b>(Одежда/, обувь 6 часов)</b> Стиль одежды. Мода	Знать: названия стилей. Уметь: пользоваться журналом мод для определения стиля в одежде, поведении
2.	Обновление одежды	Знать: способы обновления одежды с помощью мелких деталей. Уметь: обновлять одежду с помощью дополнения некоторыми деталями
3.	Выбор одежды, обуви	Знать: виды одежды и обуви в соответствии с назначением. Уметь: подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями
4.	Определение размера	Знать: размеры своей одежды и обуви. Уметь: подбирать обувь в соответствии с размером
5.	Практическая работа. Определение размера	Знать: гарантийные сроки носки одежды и обуви; правила возврата. Уметь: рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности
6.	Выведение пятен с одежды	Знать: средства для выведения пятен в домашних условиях; общие правила выведения чернильных, жирных пятен, пятен от шоколада, кофе, крови, масляных красок, следов горячего утюга и др.; санитарно-гигиенические требования при работе со средствами выведения пятен; правила стирки изделий из тюля, трикотажа. Уметь: выводить пятна с одежды разными средствами; стирать изделия из тюля и трикотажа
7.	<b>(Семья 8 часов)</b> Российская семья	Знать: основные виды семейных отношений.

		Уметь: рассказывать о своей семье, называть имена, отчества, фамилии, дни рождения каждого члена семьи
8.	Условия создания семьи	Знать: условия создания семьи. Уметь: анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку
9.	Основные семейные отношения	Знать: основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье. Уметь: организовать досуг и отдых в семье
10.	Распределение обязанностей в семье	Знать: о морально-этических нормах взаимоотношений в семье. Уметь: выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношение к родителям, дедушкам, бабушкам); оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи
11.	Семейные традиции	Знать: семейные традиции. Уметь: активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье; поддерживать и укреплять семейные традиции
12.	Упражнение в планировании бюджета семьи	Знать: как планируется бюджет семьи. Уметь: планировать бюджет семьи
13.	Практическая работа. Бюджет семьи.	Знать: из чего состоит бюджет семьи. Уметь: выполнять расчет бюджета семьи
14.	Забота о детях	Знать: обязанности, связанные с заботой о детях. Уметь: выполнять обязанности, связанные с заботой о детях
15.	<b>(Культура поведения 4 часа)</b> Адекватность поведения в обществе	Знать: правила поведения в обществе. Уметь: анализировать поступки людей и давать им правильную оценку
16.	Правила приема гостей	Знать: правила приема гостей (поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита). Уметь: встречать гостей, вежливо вести себя во время их приема
17.	Правила хорошего тона	Знать: правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми. Уметь: применять правила хорошего тона на практике
18.	Взаимоотношения с соседями	Знать: правила хорошего тона в обращении с соседями. Уметь: применять правила хорошего тона на практике
19.	<b>(Жилище 4 часа)</b> Рациональная расстановка мебели в квартире	Знать: правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели). Уметь: расставлять мебель в квартире (на макете)
20.	Интерьер	Знать: требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера.

		Уметь: подбирать детали интерьера
21.	Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера	Знать: требования к расстановке мебели. Уметь: расставлять мебель в квартире (на макете); подбирать детали интерьера
22.	Сохранение жилищного фонда	Знать: правила сохранения жилищного фонда. Уметь: правильно объяснять новые термины
23.	<b>(Медицинская помощь 7 часов)</b> Инфекционные заболевания	Знать: способы распространения инфекционных заболеваний, в том числе и кишечных. Уметь: соблюдать гигиенические требования
24.	Меры по предупреждению инфекционных заболеваний	Знать: меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Уметь: строго соблюдать личную гигиену, предупреждать инфекционные заболевания
25.	Уход за больным	Знать: правила и приемы ухода за больным. Уметь: строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умывать, переодевать, кормить больного (взрослого, ребенка), ставить горчичники
26.	Применение лекарств	Знать: составление графика приема лекарства. Уметь: читать инструкции к показанию и применению лекарства
27.	Сюжетная игра «Больной в доме».	Знать: правила и приемы ухода за больным. Уметь: строго соблюдать личную гигиену, выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умывать, переодевать, кормить больного (взрослого, ребенка); ставить горчичники
28.	Тестирование по пройденным темам	Вспомнить и систематизировать знания по пройденным темам
29.	Справка и лист нетрудоспособности	Знать: условие освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным. Уметь: различать документы по нетрудоспособности
30.	<b>(Транспорт 3 часа)</b> Авиатранспорт	Знать: основные маршруты самолетов; службы аэровокзала, стоимость полета. Уметь: определять маршрут и выбирать транспортные средства
31.	Заочная экскурсия в аэропорт	Знать: местонахождение касс Аэрофлота для покупки билета. Уметь: определить номер рейса самолета, стоимость билета
32.	Практическая работа Порядок приобретения билетов	Знать: порядок приобретения и возврата авиабилетов. Уметь: ориентироваться в расписании
33.	<b>(Торговля 4 часа)</b> Значение ярмарок	Знать: отличия ярмарки от рынка, магазина. Уметь: находить отличия ярмарки от рынка,

		магазина; называть значение данных объектов для населения
34.	Виды ярмарок	Знать: виды ярмарок; цены на ярмарочные товары, их отличие от рыночных и магазинных. Уметь: самостоятельно перенести приобретенные умения покупки товаров в магазинах, на рынке в новые условия (покупка на ярмарке)
35.	Время и место проведения ярмарок	Знать: время и место проведения ярмарок. Уметь: самостоятельно перенести приобретенные умения покупки товаров в новые условия (покупка на ярмарке)
36.	Практическая работа Изготовление предметов для школьной ярмарки.	Знать: отдел магазина распродажи товаров по сниженным ценам. Уметь: ориентироваться в многообразии магазинов, их отделов
37.	<b>(Средства связи 5 часов)</b> Виды денежных переводов	Знать: виды денежных переводов, их стоимость. Уметь: заполнять бланки почтового и телеграфного переводов
38.	Экскурсия на почту	Знать: виды денежных переводов, их стоимость. Уметь: заполнять бланки почтового и телеграфного переводов
39.	Виды связи	Знать: виды связи (сотовая, компьютерная, пейджерная, радиотелефонная и т. д.), их значимость, необходимость. Уметь: называть виды связи
40.	Современные виды связи	Знать: стоимость услуг по каждому виду связи. Уметь: пользоваться сотовой и телефонной связью
41.	Практическая работа Заполнение бланка на денежный перевод.	Знать: как отправить денежный перевод. Уметь: подсчитать стоимость денежных отправок; оформить квитанции по оплате телефонных услуг
42.	<b>(Учреждения, организации 4 часа)</b> Предприятия бытового обслуживания населения	Знать: понятия «прокат», «ремонт квартир», «остекление» и др., их назначение; какие виды услуг оказывает предприятие. Уметь: различать виды услуг
43.	Виды услуг	Знать: виды услуг; стоимость обслуживания; правила пользования услугами. Уметь: различать виды услуг
44.	Профессии работников	Знать: профессии работников предприятия бытового обслуживания населения. Уметь: различать профессии работников бытового обслуживания
45.	Деятельность предприятия. Экскурсия на предприятие города.	Знать: где находятся предприятия бытового обслуживания в городе (селе).
46.	<b>(Трудоустройство 11 часов)</b> Отдел кадров	Знать: местонахождение учреждения и отделов по трудоустройству. Уметь: обращаться в от-

		дела кадров учреждений для устройства на работу
47.	Трудоустройство. Практическая работа	Знать: местонахождение и названия предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе. Уметь: обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу
48.	Биржа труда	Знать: местонахождение учреждения и отделов по трудоустройству. Уметь: обращаться в отделы учреждений с целью устройства на работу
49.	Постоянная работа	Знать: порядок оформления на постоянную работу
50.	Работа по контракту	Знать: оформление на работу по договору
51.	Правила перехода на другую работу	Знать: правила перехода с одной работы на другую. Уметь: писать заявление о переходе с одной работы на другую
52.	Документы для поступления на работу	Знать: виды документов, необходимых для поступления на работу
53.	Заявление на работу.	Знать: виды документов, необходимых для поступления на работу. Уметь: писать заявление о принятии на работу, о предоставлении очередного отпуска и другого содержания
54.	Анкета	Знать: виды документов, необходимых для поступления на работу. Уметь: заполнить анкету
55.	Докладная	Знать: виды документов, необходимых для поступления на работу. Уметь: писать расписку
56.	Практическая работа. Составление деловых бумаг (заявления, автобиографии)	Знать: виды документов, необходимых для поступления на работу. Уметь: написать докладную записку, заявку
57.	<b>(Питание 5 часов)</b> Диетическое питание. Практическая работа	Знать: значение диетического питания. Уметь: подбирать продукты для диетического питания
58.	Питание детей ясельного возраста	Знать: особенности и важности правильного питания детей ясельного возраста. Уметь: составлять меню на день для ребенка ясельного возраста
59.	Составление меню. Практическая работа	Уметь: составлять меню на день для ребенка ясельного возраста
60.	Приготовление национальных блюд русской кухни	Знать: названия и рецепты национальных блюд. Уметь: готовить национальное блюдо
61.	Итоговое тестирование по пройденным темам	Вспомнить и систематизировать знания по пройденным темам
62.	<b>Повторение (7 часов)</b> Русские блины. Практическая работа	Знать: Составляющие ингредиенты для блинов. Уметь приготовить тесто для блинов, уметь печь блины
63.	Меню праздничного стола	Знать: меню праздничного стола.

	(Резервный урок)	Уметь: составлять меню праздничного стола
64.	Сервировка стола к празднику (Резервный урок)	Знать: правила сервировки праздничного стола. Уметь: выполнить сервировку праздничного стола
65.	Повторение пройденного. Резерв	Повторение знаний по пройденным темам
66.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам
67.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам
68.	Повторение пройденного Резерв	Повторение знаний по пройденным темам



## **6. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения**

### **Учебные пособия для учащихся.**

Основы социальной жизни 5 – 9 классы	5 класс, В.П.Субчева. «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. -78 с. : ил.- (Коррекционная педагогика).
	6 класс, В.П.Субчева. «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. -78 с.: ил.- (Коррекционная педагогика).
	7 класс, В.П.Субчева. «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. -78 с.: ил.- (Коррекционная педагогика).
	8 класс, В.П.Субчева. «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. -78 с.: ил.- (Коррекционная педагогика).
	9 класс, В.П.Субчева. «Социально -бытовая ориентировка» Учебное пособие. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013. -78 с.: ил.- (Коррекционная педагогика).

## **7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения.**

1.. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: Пособие для учителя/ Под ред. А.М.Щербаковой. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003. - 304 с: илл. - (Коррекционная педагогика)

2. Практический материал по урокам социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя/ С.А.Львова. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. -136 с: илл. - (Коррекционная педагогика).

3. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2003. - 192 с. - (Коррекционная школа).

4. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Методическое пособие. Издание 2-е исправленное и дополненное. -М.: АРКТИ, 2002. - 79 с. (Методическая библиотека).

5. Основы кулинарии: Учебник для 10-11 классов общеобразовательных учреждений/ В.И. Ермакова. -М.: ПРОСВЕЩЕНИЕ, 2002. - 224 с: илл. 6 Основы физиологии, санитарии и гигиены: Учебное пособие для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений/ В.И.Ермакова. - М.: ПРОСВЕЩЕНИЕ, 2002. - 79 с: илл.

6. Поливалина Л.А. Большая энциклопедия домоводства. - М.: РИПОЛ КЛАССИК, 2001. - 576 с: илл.

7. Золотая книга этикета/ В.Ф. Андреев. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ВЕЧЕ, 2004.-400 с: илл.

8. Энциклопедия этикета для детей. - 2-е издание исправленное и дополненное. - М.: ОЛМА ПРЕСС, 2004.- 382 с.

## **8. Планируемые результаты изучения учебного предмета**

### ***В 5 классе:***

#### **1. Обучающиеся должны знать:**

Значение питания, правила безопасной работы режущими инструментами, виды блюд, не требующих тепловой обработки, правила сервировки стола и мытья посуды.

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки ушей, правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач, о вреде курения и алкоголя.

Виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстиля)

□Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества.

Требования к осанке при ходьбе и сидении, правила поведения при встрече и расставании, при общении со взрослыми и сверстниками, правила поведения за столом.

Виды жилых помещений, почтовый адрес своего дома и школою правила организации рабочего места школьника.

Основные транспортные средства, рациональный маршрут до школы, количество времени, затрачиваемого на поездку, правила передвижения на велосипеде.

Виды магазинов, назначение продуктовых магазинов и их отделов, правила поведения в магазине.

#### **2. Обучающиеся должны уметь:**

Прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами

Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.

Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сшить и чистить обувь и одежду.

Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье.

Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами,

Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросам к взрослым.

Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.

Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.

Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

## **В 6 классе:**

### **1 Обучающиеся должны знать:**

Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца

Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ

Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани

Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье

Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками

Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета

Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.

Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте

Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях

Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

### **2. Обучающиеся должны уметь:**

**Пользоваться нагревательными** приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи

Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ

Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки зашивать одежду по распороченному шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани

Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье

Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми

Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом

Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов

Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города

Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку

Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки

Обращаться с вопросами к работникам ДЮОЦ, правильно вести себя на занятиях, соблюдать правила поведения.

## **В 7 классе:**

### **1. Обучающиеся 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, порядок заказа переговоров.

Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

Адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

### **2. Обучающиеся должны уметь:**

Пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.

Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины.

Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними.

Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры.

Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна.

Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала.

Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.

Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

## **В 8 классе:**

### **1. Обучающиеся должны знать:**

Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.

Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки

Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химические очистки одежды, предоставляемые услуги.

Правила ухода за грудным ребёнком, санитарное - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.

Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду

Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты, моющие средства для уборки; санитарное – гигиенические требования к данным помещениям.

Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки

Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.

Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления

Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи

Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

### **2. Обучающиеся должны уметь:**

Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок

Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам

Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки

Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи

Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах, выбирать косметические средства, украшения и духи

Мыть кафельные стены, чистить раковины

Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.

Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.

Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.

Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему

Обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры

Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

## **В 9 классе:**

### **1. Обучающиеся должны знать:**

Размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.

Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.

Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.

Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.

Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.

Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.

Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.

Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.

Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.

Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают

Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

### **2. Обучающиеся должны уметь:**

Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.

Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребёнка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.

Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.

Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.

Определять маршрут и выбирать транспортное средство.

Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений.

Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.

Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.

Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.