

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 16 имени Г. К. Жукова
станции Ильинской муниципального образования
Новопокровский район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 30.08 2022 года протокол № 2
Председатель _____ /Горбунова В.И./

Рабочая программа

ПО ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

(указать учебный предмет, курс)

Уровень образования (класс) основное общее образование 5-9 классы
(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Количество часов: 272 ч.

Учитель Астафьева Александра Геннадьевна

Программа разработана в соответствии ФГОС ОВЗ на основе: рабочей программы «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида», авторы В.В.Воронкова, С.А. Казакова; Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС; Москва; 2010
(указать ФГОС, ПООП, УМК, авторскую программу/ программы, издательство, год издания)

1. Планируемые результаты освоения курса.
ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

5 класс

Личностные результаты:

- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, мыть и причесывать волосы, выбирать прическу;
- воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.);
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности;
- представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу. Соблюдать правила дорожного движения;
- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку, правильно хранить продукты питания и готовую пищу в домашних условиях;
- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя, 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. Тактично вести себя во время разговора со старшими и сверстниками, правильно вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу);
- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подбирать крем и чистить кожаную обувь, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;
- резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, мыть и чистить кухонные и столовые принадлежности и посуду;
- умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах;
- развитие межличностных и групповых отношений;
- представления о правах, обязанностях и др.

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

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

6 класс

Личностные результаты:

- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу. Соблюдать правила дорожного движения;
- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку, правильно хранить продукты питания и готовую пищу в домашних условиях.
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, мыть и причесывать волосы, выбирать прическу;
- воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя, 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. Тактично вести себя во время разговора со старшими и сверстниками, правильно вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу);
- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подбирать крем и чистить кожаную обувь, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;
- резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, мыть и чистить

кухонные и столовые принадлежности и посуду.

- умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).
- умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.)
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.
- представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;
- культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- мыть руки, стричь ногти на руках и ногах; подбирать косметические средства для ухода за кожей рук
- культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий;
- варить кашу на воде, отваривать картофель и готовить пюре, заваривать чай, оформлять готовые блюда;
- производить сухую и влажную уборку помещения с использованием пылесоса, ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия, используя бытовые химические средства;
- оплачивать проезд на всех видах транспорта, приобретать билет на железнодорожной станции на пригородные поезда;

- выбирать доброкачественные продукты питания в продовольственном магазине, обращаться к продавцу, кассиру;
- вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке;
- записывать почтовые адреса с индексом на конвертах.

7 класс

Личностные результаты:

- соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу. Соблюдать правила дорожного движения;
- выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку, правильно хранить продукты питания и готовую пищу в домашних условиях;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, мыть и причесывать волосы, выбирать прическу;
- воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подбирать крем и чистить кожаную обувь, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;
- резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, мыть и чистить кухонные и столовые принадлежности и посуду;
- умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.);
- следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя, 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. Тактично вести себя во время разговора со старшими и сверстниками, правильно вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу);
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности;
- представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец;

- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;
- культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

- одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать первоклассникам при уборке игрушек;
- выбирать подходящую одежду для визита в гости, культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- готовить обед, готовить третьи блюда, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду;
- убирать жилые помещения, мыть пол в зависимости от его покрытия, выбирать моющие средства
- ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону;
- упаковывать посылку, составлять опись содержимого посылки;
- пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны при микротравмах;
- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- мыть руки, стричь ногти на руках и ногах; подбирать косметические средства для ухода за кожей рук
- варить кашу на воде, отваривать картофель и готовить пюре, заваривать чай, оформлять готовые блюда;
- производить сухую и влажную уборку помещения с использованием пылесоса, ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия, используя бытовые химические средства.
- оплачивать проезд на всех видах транспорта, приобретать билет на железнодорожной станции на пригородные поезда.
- выбирать доброкачественные продукты питания в продовольственном магазине, обращаться к продавцу, кассиру;
- вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке;
- записывать почтовые адреса с индексом на конвертах.

8 класс

Личностные результаты:

- формировать правила поведения юношей и девушек при знакомстве в общественных местах, дома, внешний вид;
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: ожог, обморожение, тепловой и солнечный удар;
- основные статьи доходов и расходов в семье, размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии;
- ассортимент товаров в различных специальных магазинах, стоимость промышленных и продовольственных товаров;
- адрес муниципалитета, функции отделов муниципалитета;
- санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи, основные виды специализированных магазинов;
- следить за своим внешним видом, знать правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, учитывать и соотносить место нахождения с внешним видом и косметикой;
- назначение госучреждений, основные средства связи, знать кто такой «грудной ребенок», правила ухода за ним;
- формировать правила и периодичность уборки кухни, моющие средства и приспособления для уборки кухни, правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина, технику безопасности при работе с моющими и чистящими средствами; составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, правила экономии, виды и цели сбережений;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь);
- умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.);
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности;
- представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец;
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

- правильно ухаживать за кожей тела, ногтями, пользоваться средствами личной гигиены, правильно подбирать средства личной гигиены для себя, правильно стирать изделия из шерстяных и синтетических тканей,
- уметь оказать первую медицинскую помощь при ожоге, обморожении, отравлении, тепловом и солнечном ударе;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о разных группах продуктов питания;
- знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам;
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- уметь планировать свои расходы,

- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- производить сухую и влажную уборку помещения с использованием пылесоса, ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия, используя бытовые химические средства.
- оплачивать проезд на всех видах транспорта, приобретать билет на железнодорожной станции на пригородные поезда.

9 класс

Личностные результаты:

- формировать знания и умения, способствующие социальной адаптации;
- совершенствовать навыки культурного поведения в общественных местах;
- вызывать чувство удовлетворения от чистоты и порядка;
- помочь определиться с выбором профессии;
- развивать коммуникативную функцию речи, как непременное условие социальной адаптации умственно отсталых учащихся;
- формировать правила поведения юношей и девушек при знакомстве в общественных местах, дома, внешний вид.
- правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: ожог, обморожение, тепловой и солнечный удар;
- основные виды семейных отношений, семейные традиции, распределение обязанностей по ведению бюджета;
- правила поведения в обществе; правила расстановки мебели в квартире, правила сохранения жилищного фонда; службы аэровокзалов, маршруты самолетов;
- формировать виды денежных переводов, виды связи, стоимость услуг по каждому виду связи;
- способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению; местонахождение предприятий бытового обслуживания, виды услуг; учреждения по трудоустройству, виды документов для поступления на работу, правила перехода с одной работы на другую;
- ассортимент товаров в различных специальных магазинах, стоимость промышленных и продовольственных товаров.
- адрес муниципалитета, функции отделов муниципалитета;
- санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи, основные виды специализированных магазинов;
- формировать правила и периодичность уборки кухни, моющие средства и приспособления для уборки кухни, правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина, технику безопасности при работе с моющими и чистящими средствами; составные части бюджета семьи и их размер, основные статьи расходов в семье, правила экономии, виды и цели сбережений;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;

- развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).
- продолжать работу по формированию навыков общения с окружающими;

Планируемые предметные результаты:

Минимальный уровень:

- составлять менюдиетического питания и меню для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничногостола;
- выполнять морально-этические нормы взаимоотношений в семье, оказывать посильную помощь нуждающемуся члену семьи, выполнять обязанности, связанные с заботой о детях; встречать гостей, анализировать поступки людей, давать им правильную оценку;
- ориентироваться в расписании, определять маршрут и выбирать транспортное средство; приобретать товары на ярмарке;
- заполнить почтовый и телеграфный перевод, подсчитать стоимость денежных отправлений; предупреждать инфекционные заболевания, ухаживать за больным;
- обращаться в предприятия бытового обслуживания;
- обращаться в отделы кадров для устройства на работу, заполнять анкету, написатьзаявлениеоприемнаработу,написатьрасписку,докладнуюзаписку.
- понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- уметь планировать свои расходы,
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

5 класс

Введение

Представление о предмете ОСЖ. Правила поведения в кабинете основы социальной жизни.

Личная гигиена

Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). Гигиена зрения и слуха. Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз), Уход за полостью рта.

Одежда и обувь

Виды одежды и головных уборов. Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению. Виды обуви, их назначение. Сушка и чистка- домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви

Питание

Продукты питания. 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. Приготовление каши.

Культура поведения

Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками Правила поведения за столом.

Жилище

Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Почтовый адрес дома и школы-интерната.

Практическая работа: заполнение почтового адреса на открытках.

Транспорт

Виды транспортных средств. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте. Поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Торговля

Основные виды магазинов, их назначение. Правила поведения в магазине. Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара. Экскурсия в магазин.

6 класс

Личная гигиена

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

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.

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.

Культура поведения

Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

Жилище

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

Питание

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание продуктов. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из макаронных изделий. Приготовление блюд из круп.

Приготовление блюд из картофеля. Приготовление блюд из овощей.

Молочные блюда, сервировка стола

Приготовление блюд из молока и из молочных продуктов. Сервировка стола к ужину.

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, посёлка, в

ближайшие населённые пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Торговля

Продовольственные магазины. Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.

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.

Медицинская помощь

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сёстры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный приём, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи.

Учреждения, организации и предприятия

Дошкольные учреждения (детские ясли, детсад). Назначение дошкольных учреждений. Школьные учреждения (школа, дом детского творчества). Их назначение.

7 класс

Личная гигиена

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

Одежда

Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Стирка хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.

Семья

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Культура поведения

Поведение в гостях. Подарки.

Практическая работа: изготовление закладок для книг.

Жилище

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.) Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Животные в доме (кошка, собака, попугай).

Питание

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

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.

Торговля

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

Средства связи

Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.

Медицинская помощь

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

Практические работы:

- заваривание травяного настоя из чабреца;
- упражнения в наложении повязок на рану, повреждённую конечность.

Учреждения, организации и предприятия

Промышленные предприятия данной местности. Сельскохозяйственные объекты данной местности.

Экономика домашнего хозяйства

Деньги (монета, купюра, валюта). Назначение и значение денег в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

Практические работы:

- упражнения по определению доходов семьи.

8класс

Личная гигиена

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

Одежда

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания.

Семья

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

Культура поведения

Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.

Жилище

Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.

Питание

Приготовление изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов и ягод.

Составление меню

Составление меню завтрака, обеда, ужина на день. Составление меню завтрака, обеда, ужина на неделю.

Практические работы: упражнение в составлении меню завтрака, обеда, ужина на день;

- составление меню завтрака, обеда, ужина на неделю.

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.

Торговля

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

Средства связи

Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.

Медицинская помощь

Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры по их предупреждению.

Учреждения, предприятия и организации

Департамент, районная администрация, администрация сельского поселения, милиция. Их назначение.

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.)

9 класс

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.

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).

Семья

Основы семейного очага (условия для создания семьи). Семейные отношения. Семейные традиции. Закон Российской Федерации о браке и семье.

Культура поведения

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

Праздничный стол

Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола.

Практическая работа: - составление меню праздничного стола.

Питание

Приготовление национальных блюд. Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.

Жилище

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

Транспорт

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

Торговля

Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Комиссионные магазины, торговля уценёнными товарами. Ярмарки. Их виды, время и место проведения.

Средства связи

Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет. Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.

Медицинская помощь

Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Уход за больными. Листок нетрудоспособности.

Практические работы: чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам.

Учреждения, организации, предприятия

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

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.

Профориентация и трудоустройство

Выбор профессии. Профессионально жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.

Практические работы: определение качеств личности необходимых для выбранной профессии;

-составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки; заполнение анкеты.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс (34 часа)

Раздел	Примерное содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
Введение	Вводное занятие	1	Представление о предмете ОСЖ

Личная гигиена	Личная гигиена Уход за волосами Гигиена зрения и слуха Правила охраны зрения (чтение, просмотр телевизора, гимнастика для глаз). Уход за полостью рта.	5	Представление о необходимости соблюдения правил личной гигиены для укрепления здоровья. Периодичность и правила мытья волос, прически для девочек и мальчиков. Соблюдение правил ухода за ушами. Что вредит слуху? Правила охраны зрения при чтении, просмотре телевизора, правила освещения помещения. Периодичность и правила чистки зубов, посещение врача стоматолога.
Одежда и обувь	Виды одежды и головных уборов Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению. Виды обуви, их назначение. Сушка и чистка- домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви	4	Познакомить с видами одежды и головных уборов, научить подбирать их в зависимости от назначения и в соответствии с сезоном. Правила ухода за одеждой, прав хранения. Виды обуви, ее назначение. Сушка и чистка одежды, подгот одежды и обуви к хранению.
Питание	Значение питания в жизни человека Кухонные принадлежности. Уход за посудой Приготовление завтрака Варка яиц Приготовление салата, винегрета Заварка чая Сервировка стола к завтраку. Приготовление каши Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды.	10	Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Знакомство с местом приготовления пищи и его оборудованием, кухонными принадлежностями. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Приготовление бутербродов. Способы приготовления блюд из яиц , повторение правил по технике безопасности при приготовлении пищи. Рецепт приготовления винегрета, повторение правил по технике безопасности при приготовлении пищи. Знакомство со способами заваривания чая. Подбор необходимой посуды Сервировка стола с учетом

			различия меню Рецепт приготовления каш на во Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами.
Культура поведения	Осанка. Правила поведения за столом Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании Формы обращения с просьбой, вопросом Разговор со старшими и сверстниками	4	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общ здоровья. Формы исправления осанки. Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки. Правила поведения за столом. Правила поведения при встрече расставании. Составление различных форм обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы достойного обращения с людьми. Дидактическая игра «Волшебные слова» Правила ведения разговора со знакомыми и незнакомыми люд
Жилище	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом Почтовый адрес дома, школы	3	Виды жилых помещений в городе, деревне, их различия. Понятия «жилой дом». Варианты квартир и подсобных помещений Написание адреса на почтовой открытке.
Транспорт	Виды транспортных средств Проезд в школу (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.	4	Основные транспортные средства, имеющиеся в городе. Безопасная дорога в школу, транспортный и пешеходный маршрут. Необходимость соблюдения правил культурного поведения в транспорте, на остановке, на улице. Повторение основных правил дорожного движения: маршрут в школу, правила перехода проезжей части, дорожные знаки.
Торговля	Основные виды магазинов, их назначение. Правила поведения в магазине. Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара. Экскурсия в магазин.	3	Основные виды магазинов, их назначение, магазин самообслуживания, соблюдение правил поведения в магазине. Виды отделов в продуктовых магазинах, правила покупки товаров Правила поведения в магазине.

6 класс(34 часа)

Раздел	Примерное содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
Личная гигиена	<p>Закаливание организма (обтирание, сезонная одежда, зарядка, физ. упражнения).</p> <p>Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).</p>	2	<p>Правила закаливания организма, обтирание. Правила соблюдения личной гигиены при выполнении физ. упражнений.</p> <p>Правила ухода за кожей рук и ногтями. Подбор косметических средств по уходу за руками.</p> <p>Правила ухода за кожей ног и ногтями. Подбор косметических средств по уходу за ногами.</p> <p>Соблюдение правил личной гигиены.</p>
Одежда	<p>Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва).</p> <p>Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток.</p>	2	<p>Виды мелкого ремонта, приспособления.</p> <p>Пришивание пуговиц на ножке, соответствии с видами одежды.</p> <p>Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями, в соответствии с видами одежды.</p> <p>Правила ручной стирки и сушки изделий.</p> <p>Правила стирки шелковых тканей.</p> <p>Правила стирки шерстяных тканей.</p> <p>Утюг, его устройство и назначение. Правила техники безопасности при работе с утюгом.</p> <p>Правила безопасной работы с утюгом.</p> <p>Правила глажения различных изделий. Правила безопасной работы с утюгом.</p>
Семья	<p>Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.</p> <p>Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.) Личные взаимоотношения в семье.</p> <p>Права и обязанности каждого члена семьи.</p>	3	<p>Состав семьи: имена, отчества, место работы.</p> <p>Родственные отношения: мать, отец, брат, сестра, бабушка, дедушка, дядя, тетя.</p> <p>Правила общения и поведения в семье. Обязанности детей в семье.</p>

Культура поведения	Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.	4	Правила поведения в общественных местах (кино, театр, музей, библиотеке). Правила поведения при посещении массовых мероприятий.
Жилище	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.	2	Повторение гигиенических требований к жилому помещению. Санитарно- гигиенические требования к рабочему месту школьника Виды половых покрытий: деревянные, паркет, линолеум, правила ухода. Назначение и правила пользования инвентарем, приспособлениями средствами по уходу за полами. Разнообразие ковров и ковровых покрытий. Способы ухода за коврами. Устройство пылесоса. Правила техника безопасности при работе с ним.
Питание	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание продуктов. Определение срока годности. Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из макаронных изделий. Приготовление блюд из круп. Приготовление блюд из картофеля. Приготовление блюд из овощей.	3	Мебель и оборудование кухни. Правила безопасной работы с электроплитой. Посуда, приборы, приспособления для приготовления пищи. Правила мытья посуды. Способы тепловой обработки макаронных изделий. Правила ТБ при приготовлении пищи. Способы приготовления блюд из круп, картофеля и овощей. Правила ТБ при приготовлении пищи
Молочные блюда, сервировка стола	Приготовление блюд из молока и из молочных продуктов. Сервировка стола к ужину.	2	Правила приготовления молочных блюд. Правила сервировки стола.
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, посёлка, в ближайшие населённые пункты. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны.	3	Знакомство с основными видами городского транспорта. Информация о стоимости проезда на всех видах транспорта (разовый, единый и проездной билеты). Знакомство с правилами пользования расписанием, умения ориентироваться в нем. Пользование кассой при покупке билета. Знакомство с работой служб

	Разовые и сезонные билеты.		вокзала. Назначение пригородных поездов.
Торговля	Продовольственные магазины. Специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.	2	Виды магазинов, стоимость товаров, правила покупки товаров. Правила покупки товара, составление списка с учетом мер.
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	4	Назначение основных средств связи. Основные виды почтовых отправлений. Порядок отправки писем, бандеролей, посылок, телеграмм, денежных переводов. Местонахождение почтового отделения. Знакомство с работой почтового отделения, его функциями. Виды писем: открытые, закрытые, заказные. Порядок отправки писем различных видов. Написание адреса на конверте. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Составление текстов телеграмм, отправление.
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 приём, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи	4	Виды медицинских учреждений функции основных врачей – специалистов. Виды медицинской помощи, правила вызова врача на дом. Вызов скорой помощи, номер телефона и т.д.
Учреждения, организации и предприятия	Дошкольные учреждения (детские ясли, детсад). Назначение дошкольных учреждений. Школьные учреждения (школа, дом детского творчества). Их назначение.	3	Знакомство с видами детских учреждений, их назначением. Соблюдение правил поведения в школе.

Раздел	Примерное содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
Личная гигиена	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	2	Дать представление о назначении индивидуальных предметов личной гигиены, о правилах смены постельного, нательного белья. Повторение правил чистоты тела. Дать представление об особенностях соблюдения личной гигиены в подростковом возрасте.
Одежда	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Стирка хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.	8	Правильное наложение заплата. Правильная штопка разорванного места. Правила ручной стирки изделий из белой х/б ткани. Правила стирки на стиральной машине, правила пользования стиральной машиной. Виды услуг химчистки. Правила обращения в пункты химчистки. Правила обращения в пункты химчистки.
Семья	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	4	Умение помогать младшим при одевании, при уборке (оказание малышам помощи в одевании на прогулку). Умение организовать младших детей на игру.
Культура поведения	Поведение в гостях. Подарки. Практическая работа: изготовление закладок для книг.	4	Культура поведения в гостях, культура общения со старшими и сверстниками, умение поддержать беседу. Выбор подарка с учетом возраста, мероприятия; правила вручения и приема подарка.
Жилище	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.) Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Животные в доме (кошка, собака, попугай).	6	Правила и последовательность проведения сезонной уборки. Уборка жилых помещений. Повторение основных санитарно-гигиенических требований к содержанию жилища. Правила уборки за животными в доме.

Питание	Приготовление пищи: обед. Закуски из овощей, рыбных и мясных продуктов. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.	14	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Правила приготовления первых, вторых и третьих блюд. Техника безопасности включения электронных приборов. Сервировка стола к обеду. Рецепт приготовления закусок, повторение правил безопасной работы на кухне.
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.	5	Междугородный железнодорожный транспорт. Назначение вокзала, функции основных служб: кассы, камеры хранения, комнаты матери и ребенка, буфета и др. Виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); типы поездов (пассажирский, скорый). Приобретение железнодорожных билетов: покупка в кассе, заказ по телефону. Виды камер хранения багажа, порядок сдачи и получения багажа.
Торговля	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров	5	Магазины нашего города: название, вид, местоположение. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров в магазинах нашего города. Порядок и правила приобретения товаров
Средства связи	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки. Заполнение бланков.	5	Познакомить с видами бандеролей простыми, ценными, заказными правилами их отправления. Виды и способы упаковки бандеролей, заполнение бланков на отправку, составление описи посылаемых бандеролю. Знакомство с правилами отправления почтовых отправлений.

Медицинская помощь	Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Практические работы: - заваривание травяного настоя из чабреца; - упражнения в наложении повязок на рану, повреждённую конечность.	6	Правила пользования и хранения домашней аптечки. Лекарственные растения, правила пользования ими. Правила оказания первой медицинской помощи при микротравмах, ушибах. Первая медицинская помощь при травмах (вывих, перелом).
Учреждения, организации и предприятия	Промышленные предприятия данной местности. Сельскохозяйственные объекты данной местности.	4	Знакомство с промышленными предприятиями.
Экономика домашнего хозяйства	Деньги (монета, купюра, валюта). Назначение и значение денег в нашей жизни. Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы. Практические работы: - упражнения по определению доходов семьи.	5	Значение денежных средств, в жизни человека. Семейный бюджет. Знакомство с источниками доходов. Как экономить на мелкие расходы.

8 класс (68 часов)

Раздел	Примерное содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
Личная гигиена	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы).	4	Правила ухода за кожей лица в соответствии с возрастом, типом кожи, временем года. Виды косметических средств, правила пользования. Правила ухода за кожей лица, содержание ее в чистоте, способы ухода в целях профилактики прыщей.
Одежда	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживания.	4	Правила стирки и сушки изделий из шерстяных тканей. Правила стирки и сушки изделий из синтетических тканей. Правила и последовательность утюжки изделий. Правила безопасной работы сутюгом.
Семья	Уход за грудным ребёнком (кормление из соски и с ложки,	4	Основные правила ухода за грудным ребенком.

	купание, одевание, пеленание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек).		
Культура поведения	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.	2	Правила культурного общения юноши и девушки, правила приличия, вежливое обращение. Владение санитарно-гигиеническими навыками. Возраст, одежда, с учетом местонахождения, стили одежды
Жилище	Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.	2	Правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина. Моющие средства и приспособления. Техника безопасности при работе с моющими чистящими средствами. Правила и периодичность уборки кухни. Правила пользования моющими средствами и приспособлениями для уборки кухни.
Питание	Приготовление изделий из теста. Квашение, соленье овощей. Варка варенья из фруктов и ягод.	20	Способы приготовления дрожжевого, блинного и песочного теста. Рецепт приготовления блинов, замешивание теста, выпечка блинов. Повторение правил безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Рецепт приготовления блинов, замешивание теста, выпечка блинов. Повторение правил безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Рецепт приготовления песочного печенья. Повторение правил безопасной работы на кухне при приготовлении пищи. Рецепт приготовления оладьев, замешивание теста, выпечка оладьев. Повторение правил безопасной работы на кухне при приготовлении пищи.
Составление меню	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день. Составление меню завтрака, обеда, ужина на неделю. Практические работы:упражнение в составлении меню завтрака, обеда,	3	Составление различных меню с учетом сбалансированного питания.

	ужина на день; -составление меню завтрака, обеда, ужина на неделю.		
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.	4	Виды междугородного автотранспорта. Назначение автовокзала. Правила пользования расписанием. Порядок приобретения билета. Маршруты, расписание, стоимость билетов. Наблюдение за работой автостанции. Знакомство с основными маршрутами. Знакомство с порядком приобретения билета.
Торговля	Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров	3	Назначение и виды специализированных магазинов. Повторение правил поведения в магазине. Назначение и виды специализированных магазинов. Повторение правил поведения в магазине.
Средства связи	Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Культура разговора по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Междугородная телефонная связь. Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.	4	История телефона. Назначение телефона, таксофона. Правила пользования. История появления. Правила пользования сотовой (мобильной) связью. Знакомство с тарифами на телефонные разговоры.
Медицинская помощь	Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры по их предупреждению.	8	Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях. Правила и приемы оказания первой помощи утопающему. Виды глистных заболеваний, причины их возникновения, меры по предупреждению.
Учреждения, предприятия и организации	Департамент, районная администрация, администрация сельского поселения, милиция. Их назначение.	5	Назначение и функции государственных учреждений.

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.)	5	Знакомство с основными статьями расходов в семье. Подсчет расходов на питание с учетом семейного бюджета. Планирование крупных покупок с учетом семейного бюджета. Порядок и периодичность оплат жилищной площади, коммунальных услуг, тарифы. Тариф на оплату электроэнергии, умение снимать показания, подсчитывать стоимость услуги, бережливость в пользовании электроэнергией. Структура семейного бюджета, умение планировать расходы, доходы семьи, определять семейный бюджет.
-------------------------------	--	---	--

9 класс (68 часов)

Раздел	Примерное содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
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.	4	Повторение правил личной гигиены (юноши, девушки). Понятие о пагубном влиянии употребления табачных, алкогольных и наркотических средств. Социальные последствия, к которым приводят эти вредные привычки.
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).	6	Понятие «мода». Исторические периоды моды. Стили в одежде, средства выражения индивидуальности. Умение подбирать одежду с учетом размера и индивидуальных особенностей, определять стиль одежды в соответствии с мероприятием. Гарантийные сроки носки, правила возврата покупок. Варианты обновления одежды (замена мелких деталей). Подбор средств для выведения

			различных пятен. Общие правила вывода жирных, фруктовых пятен, пятен от крови, молока, шоколада и др. Санитарно – гигиенические требования и правила по ТБ при выведении пятен.
Семья	Основы семейного очага (условия для создания семьи). Семейные отношения. Семейные традиции. Закон Российской Федерации о браке и семье.	2	Основы семейных отношений, соблюдение традиций, правильная организация отдыха семьи. Выполнение обязанностей членами семьи, умение заботиться о детях. Знакомство с законом РФ о браке и семье.
Культура поведения	Традиции культуры поведения. Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Приём гостей.	2	Нормы морали и этики в современном обществе. Общение с соседями по коммунальной квартире (взаимоуважение, взаимопомощь).
Праздничный стол	Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола. Практическая работа: - составление меню праздничного стола.	1	Различные меню праздничного стола. Правила сервировки праздничного стола.
Питание	Приготовление национальных блюд. Питание детей ясельного возраста. Диетическое питание.	12	Рецепты приготовления национальных блюд. Правила и последовательность отваривания вареников и приготовления соусов. Способы и последовательность замораживания овощей, фруктов, ягод. Рецепты приготовления диетического питания.
Жилище	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.	2	Умение рационально расставить мебель в квартире. Понятие в интерне. Виды уборки квартиры: ежедневная, еженедельная, сезонная, их необходимость. Обязанности жильцов.
Транспорт	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	2	Правила пользования расписанием. Порядок приобретения билета. Знакомство как правильно зарегистрировать рейс.

Торговля	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Комиссионные магазины, торговля уценёнными товарами. Ярмарки. Их виды, время и место проведения.	8	Особенности продуктивного рынка. Стоимость продуктов первой необходимости, умение приобретать продукты, общаться с продавцом. Назначение комиссионного магазина, порядок обращения в комиссионный магазин.
Средства связи	Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет. Денежные переводы. Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов.	6	Знакомство с видами связи: (пейджер, сотовая, автоответчик, факс и т.д.) Правила упаковки и отправления посылок. Виды денежных переводов. Заполнение бланков.
Медицинская помощь	Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Уход за больными. Листок нетрудоспособности. Практические работы: чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарствам.	6	Знакомство с инфекционными заболеваниями. Повторение правил личной гигиены. Правила ухода за больными.
Учреждения, организации, предприятия	Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т. п.).	3	Виды, назначение и функции предприятий бытового обслуживания. Наблюдение. Правила обращения.
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.	6	Значение, характер культурных потребностей. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и текущие расходы: билеты в кино, театры, проезд, предметы личной гигиены и др. Повторение основных статей расходов семейном бюджете. Повторение основных статей расходов в семейном бюджете. Значение экономии в домашнем хозяйстве. Правила экономии, учет реальных возможностей, контроль расходов.
Профориентация и трудоустройство	Выбор профессии. Профессионально-жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые	4	Выбор профессии, ремесленная занятость в летнее время. Характеристика профессий рабочих специальностей. Знакомство с деловыми бумагами (умение заполнять правильно).


	<p>бумаги (заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка), правила их составления.</p> <p>Практические работы: определение качеств личности необходимых для выбранной профессии;</p> <p>- составление деловых бумаг: заявления, автобиографии, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки; заполнение анкеты.</p>		
--	---	--	--

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО учителей

начальной школы СОШ №16

от 30.08 2022 года № 1,

Руководитель МО  Благова О.И.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Плешакова Е.Ю

«30» августа 2022 года