

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Причулымская основная общеобразовательная школа» Зырянского  
района**

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Протокол от 20 .08. 2024 №7

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УМР

 А.Л. Охотина

УТВЕРДИТЬ

приказом

от «20» августа 2024 г. № 125

Директор школы



И.Н. Самохвалова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (адаптированная)  
ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
6 - 9 класс  
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Составитель: Т.Г.Петрищева,  
учитель истории и  
обществознания

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по Основам социальной жизни разработана на основе:

- авторской программы «Специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида 5-9 классы» под ред. В.В.Воронковой, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации (издательство «Владос», 2011 г.)
- закона РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»; - учебного плана специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии», 10.04.2002 г., № 29/2065-п;
- примерного регионального учебного плана специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида Ростовской области (пр. МО и ПОРО от 10.07.02 г. № 1277).
- Положения об организации обучения на дому

Предлагаемая программа ориентирована на использование в учебном процессе следующего учебника: Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка М., Издательство ВЛАДОС, 2017

Форма реализации программы - урок продолжительностью 40 минут.

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

### Цели и задачи курса.

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

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;

Коррекционные возможности предмет

Курс социально-бытовой ориентировки (СБО) направлен на практическую подготовку учащихся 5-9 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Занятия по социально-бытовой ориентировке проводятся в специально оборудованном кабинете, обеспечивающем выполнение в полном объеме всех видов теоретических и практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета необходимо учитывать санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности. Программа составлена с учетом возможностей учащихся специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий, определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Учитель, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении

нового материала может использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы. На занятиях применяются различные наглядные средства обучения. Весьма желательна демонстрация учебных кинофильмов, слайдов, способствующих формированию реальных образов и представлений.

Все разделы программы предусматривают проведение практических работ или заданий.

Каждый ученик, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, должен овладеть основными способами ухода за одеждой, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять различного рода бланки и т. д.

Следует особо обратить внимание на изучение правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными приборами, электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими предметами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ.

Беседа на занятиях по социально-бытовой ориентировке является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами, записями в тетрадь определенных правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение.

Например, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у учащихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний — заключительные беседы.

При определении содержания и объема учебного материала, сообщаемого на занятиях, учитель должен ориентироваться на требования к знаниям и умениям учащихся, относящимся к соответствующему разделу программы, принимая во внимание, что из года в год объем, и сложность материала возрастает. Это в свою очередь определяет необходимость изменения и усложнения методов и приемов работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения, особенно по тем разделам программы, в которых не предусмотрено проведение практических работ, например «Культура поведения», «Семья» и др. В сочетании с другими методическими приемами сюжетно-ролевые игры целесообразно использовать при изучении таких разделов как «Торговля», «Средства связи» и т. п. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.).

Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы. Так, во время экскурсии на телеграф учащиеся заполняют бланки телеграмм (с помощью заранее составленных текстов)

Для прочного закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. С этой целью учитель при составлении плана занятия должен продумать, в какой его части можно применить знания и умения, полученные детьми ранее. Для

повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала должно быть элементом каждого занятия.

Занятия по социально-бытовой ориентировке тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

На занятиях по социально-бытовой ориентировке следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках родного языка. На всех этапах занятия в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

Социально-бытовая ориентировка учащихся должна иметь свое логическое продолжение в системе внеклассной работы. Только комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов. Настоящая программа должна служить ориентиром для воспитателя при отборе материала, определении его тематики, объема и последовательности изучения.

Однако воспитатель в своей деятельности не должен использовать формы и методы работы учителя. Он осуществляет закрепление полученных знаний на:

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

В коррекционной программе особое внимание обращено на исправление имеющихся у обучающихся специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы:

- принцип коррекционной направленности,
- воспитывающий и развивающий принципы,
- принцип доступности обучения,
- принцип систематичности и последовательности,
- принцип наглядности в обучении,
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

При работе с обучающимися, имеющими ограниченные возможности здоровья применяются особые коррекционно - развивающие педагогические технологии, позволяющие добиваться положительной динамики в обучении и воспитании. Грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий обеспечивает развитие у обучающихся познавательной активности, творческих способностей, школьной мотивации в учебно-воспитательном процессе.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие методы урока: словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;

наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;

практические: карточки, тесты.

Основными формами обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а

также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ.

Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний заключительные беседы.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы (ЦНС).

Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, привносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза.

Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.) В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. Однако особая организация учебной и внеурочной работы, основанной на использовании практической деятельности; проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями. Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие

различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их **внимания**, которое отличается сужением объема, малой устойчив.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые **представления и воображение**. Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии **речевой деятельности**, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. **Моторная** сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении **эмоциональной** сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. **Волевая** сфера учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны следующие специфические образовательные потребности:

- раннее получение специальной помощи средствами образования;
- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание предметных областей, так и в процессе коррекционной работы;
- научный, практико-ориентированный, действенный характер содержания образования;
- доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования;
- систематическая актуализация сформированных у обучающихся знаний и умений; специальное обучение их «переносу» с учетом изменяющихся условий учебных, познавательных, трудовых и других ситуаций;
- обеспечении особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих доброжелательное и уважительное отношение к ним;
- развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка к обучению и социальному взаимодействию со средой;
- специальное обучение способам усвоения общественного опыта — умений действовать совместно с взрослым, по показу, подражанию по словесной инструкции;

- стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру.

Удовлетворение перечисленных особых образовательных потребностей обучающихся возможно на основе реализации личностно-ориентированного подхода к воспитанию и обучению обучающихся через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы. В свою очередь, это позволит формировать возрастные психологические новообразования и корректировать высшие психические функции в процессе изучения обучающимися учебных предметов, а также в ходе проведения коррекционно-развивающих занятий.

## **Общая характеристика учебного предмета**

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначении кабинета, правила поведения в кабинете. Эта программа направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье.

После вводного занятия по программе следуют разделы «Личная гигиена», «Одежда и обувь». Изучение этих тем не вызывает трудностей. «Питание» - является одним из наиболее любимых разделов всей программы. Раздел содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание нужно уделять изучению правил техники безопасности. Нарезка бутербродов и овощей для салата требует правильного обращения с кухонным ножом. Также важно соблюдение санитарно-гигиенических правил. При сервировке стола надо обращать внимание не только на последовательность работы, но и на эстетическую сторону.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию.

Строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии.

Следующие разделы «Семья», «Жилище» - эти темы несложные для изучения, однако определенную трудность представляет выполнение практического задания. Тематика раздела программы «Транспорт» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения. Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Большое внимание на занятиях по основам социальной жизни отводится эстетическому воспитанию обучающихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

## **Место учебного предмета в учебном плане**

Рабочая программа рассчитана в 7, 8, 9 классах на 2 часа в неделю, 68 часов в год, (34 учебных недели).

Рабочая программа составлена с учётом индивидуальных особенностей познавательной деятельности учащегося.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

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

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

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

К **личностным** результатам освоения относятся:

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

**Предметные результаты:** определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы.

**Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов на конец школьного обучения(IX класс)**

**Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания;

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

#### **Достаточный уровень:**

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

## Содержание программы

6 - 9 классы (68 ч.)

### Личная гигиена и здоровье

*Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.* Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные индивидуальные вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей. Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки). Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков). Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

### Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия. Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

### Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений. Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.

Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба. Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений. Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней. Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения. Кухонная мебель: названия, назначение. Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели. Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат. Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету. Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

### **Одежда и обувь**

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

*Значение опрятного вида человека.*

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц,

крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

*Предприятия бытового обслуживания.* Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды. *Выбор и покупка одежды.*

Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. *Магазины по продаже одежды.* Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки. Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии. *Уход за обувью.* Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

*Предприятия бытового обслуживания.* Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. *Обувь и здоровье человека.* Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

## **Питание**

*Организация питания семьи.* Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

*Приготовление пищи.* Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.

Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе. Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц. Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. *Магазины по продаже продуктов питания.* Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

*Рынки.* Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

*Прием пищи.* Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака.

*Сервировка стола.*

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

*Изделия из теста.* Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление *Домашние заготовки*. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

## **Транспорт**

*Городской транспорт.* Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

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

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

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

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

## **Средства связи**

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

*Почта.* Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

*Телефонная связь.* Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по

телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

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

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления. **Предприятия, организации, учреждения**

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

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

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

## **Семья**

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. *Семейный досуг.* Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время. Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

*Отдых.* Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

*Экономика домашнего хозяйства.* Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок

Тематическое планирование  
«Основы социальной жизни» 6 класс VIII вид

№ п/п	Название раздела	Кол – во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
<b>Раздел 1. Личная гигиена и здоровье</b>			
1	Личная гигиена.	6ч	Учатся ухаживать за телом, совершать утренний и вечерний туалет
2	Сезонные явления	5ч	Рассказывают о погодных изменениях каждого сезона. Рассказывают о особенностях
<b>Раздел 2. Жилище</b>			
3	Жилище.	10ч	Изучают Основные символы. Рассказывают о своем городе, называют адрес.
<b>Раздел 3. Одежда и обувь</b>			
4	Одежда и обувь	6ч	Изучают особенности стирки. Ухаживают за одеждой, выполняют починку одежды. Чистят обувь, подготавливают к хранению.
<b>Раздел 4. Транспорт и правила дорожного движения</b>			
5	Ориентирование в денежных знаках.	1ч	Изучают денежные знаки.
6	Транспорт. Правила дорожного движения. Дорожные знаки.	3ч	Изучают основные виды транспортных средств.
7	Культура поведения.	8ч	Рассказывают о правилах поведения. Знакомятся
<b>Раздел 5. Средства связи и торговля.</b>			
8	Средства связи.	6ч	Называют основные средства, работников почты. Учатся подписывать конверт, изготавливать конверты.
9	Торговля.	7ч	Называют магазины, отделы. Учатся укладывать товар, выбирать по списку.
<b>Раздел 6. Медицинская помощь.</b>			
10	Медицинская помощь.	6ч	Знакомятся с медицинскими учреждениями, учатся оказывать первую помощь
<b>Раздел 7. Питание</b>			
11	Питание	7ч	Моют посуду, сервируют стол. Знакомятся с бытовыми приборами
<b>Раздел 8. Повторение и обобщение изученного</b>			
12	Повторение	2ч	
13	Контрольная работа.	1ч	
14	Резерв	1ч	
Итого		68ч	

**Тематическое планирование  
«Основам социальной жизни» 7 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол – во часов</b>
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>4</b>
<b>2.</b>	<b>Одежда</b>	<b>8</b>
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>12</b>
<b>4.</b>	<b>Семья</b>	<b>4</b>
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>4</b>
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>8</b>
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>4</b>
<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>4</b>
<b>9.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>4</b>
<b>10.</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>6</b>
<b>11.</b>	<b>Учреждения, организации, предприятия</b>	<b>4</b>
<b>12.</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	<b>6</b>

**Календарно- тематическое планирование  
«Основы социальной жизни» 7 класс  
7 класс**

<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол – во часов</b>
	<b>Личная гигиена – 4 ч.</b>	
1	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	<b>1</b>
2	Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	<b>1</b>
3	Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	<b>1</b>
4	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	<b>1</b>
	<b>Одежда – 8 ч.</b>	
5	Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	<b>1</b>
6	Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	<b>1</b>
7	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	<b>1</b>
8	Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	<b>1</b>

9	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
10	Утюжка юбки, блузки.	1
11-12	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	2
	<b>Питание – 12 ч.</b>	
13	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда.	1
14	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	1
15	Приготовление закусочек.	1
16	Приготовление горячих бутербродов.	1
17	Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
18	Приготовление щей из свежей капусты с картофелем.	1
19	Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1
20	Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом.	1
21	Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	1
22	Приготовление компота из сухофруктов.	1
23	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
24	Сервировка стола к обеду.	1
	<b>Семья – 4 ч.</b>	
25	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1
26	Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	1
27	Разучивание тихих и подвижных игр.	1
28	Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста.	1
	<b>Культура поведения– 4 ч.</b>	
29	Поведение в гостях.	1
30	Правила поведения при встрече и расставании.	1
31	Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	1
32	Изготовление сувенира.	1
	<b>Жилище –8 ч.</b>	
33	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка зиме, лету.	1

34	Сухая и влажная уборка квартиры к помещению.	1
35	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
36	Уборка помещения. Мытье зеркал.	1
37	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	1
38	Чистка мягкой мебели.	1
39	Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
40	Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	1
	<b>Транспорт- 4 ч.</b>	
41	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	1
42	Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	1
43	Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	1
44	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	1
	<b>Торговля – 4 ч.</b>	
45	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1
46	Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	1
47	Экскурсия в промтоварный магазин.	1
48	Приобретение товаров в промтоварном магазине.	
	<b>Средства связи – 4 ч.</b>	
49	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	1
50	Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	1
51-52	Заполнение бланков на отправку бандеролей.	2
	<b>Медицинская помощь – 6 ч.</b>	
53	Домашняя аптечка. Термометр.	1
54	Измерение температуры тела с помощью термометра.	1
55	Лекарственные растения.	1
56	Заваривание травяного настоя.	1
57	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах,	1

	ушибах, вывихах, переломах.	
58	Наложение повязки на рану, поврежденную конечность.	1
	<b>Учреждения, организации, предприятия - 4 ч.</b>	
59	Промышленные предприятия, заводы нашего города.	1
60	Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	1
61-62	Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	2
	<b>Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.</b>	
63	Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	1
64	Бюджет семьи. Источник дохода.	1
65	Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
66	Определение дохода семьи.	1
67	Мелкие расходы.	1
68	Составление доверенности на получение зарплаты.	1

**Тематическое планирование по  
«Основам социальной жизни» 8 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол – во часов</b>
<b>1.</b>	<b>Правила Дорожного движения</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Личная гигиена и здоровье.</b>	<b>11</b>
<b>3.</b>	<b>Питание.</b>	<b>15</b>
<b>4.</b>	<b>Жилище</b>	<b>7</b>
<b>5.</b>	<b>О самом сокровенном</b>	<b>4</b>
<b>6.</b>	<b>Мир взаимоотношений</b>	<b>7</b>
<b>7.</b>	<b>Средства связи.</b>	<b>5</b>
<b>8.</b>	<b>Природа и человек</b>	<b>5</b>
<b>9.</b>	<b>Здоровье</b>	<b>7</b>
<b>10.</b>	<b>Транспорт.</b>	<b>5</b>
<b>11.</b>	<b>Повторение изученного в 8 классе.</b>	<b>1</b>

**Календарно - тематическое планирование по  
«Основам социальной жизни» 8 класс**

**8 класс**

№ п/п	Тема урока	Количество часов
<b>Правила Дорожного движения</b>		
1	Правила дорожного движения.	1
<b>Личная гигиена и здоровье.</b>		
2-3.	Правила ухода за волосами. Средства по уходу за волосами (расческа, щетка для волос, шампунь, фен).	2
4-5.	Уход за одеждой. Способы ухода за одеждой (ручная стирка, машинная стирка).	2
6-7.	Способы ухода за одеждой (ремонт одежды).	2
8-9.	Вызов врача на дом.	2
10-11..	Проветривание жилых помещений. Поведение в квартире, где есть больной гриппом (кашель, насморк).	2
12.	Повторение и обобщение по теме «Личная гигиена и здоровье»	1
<b>Питание.</b>		
13-14.	Здоровое питание. Овощи, фрукты, ягоды и их польза.	2
15-16.	Правила личной гигиены при приготовлении пищи (тщательное мытье рук, мытье овощей и сушка их на чистом полотенце, разделка овощей на специальной доске).	2
17-18.	Правила безопасности при работе с ножом. Приготовление салата с соблюдением гигиенических процедур и правил безопасности.	2
19-20.	Электроприборы. Правила безопасности при работе с электроприборами.	2
21-22.	Назначение микроволновой печи.	2
23-24.	Правила безопасности при использовании микроволновой печи.	2
25-26.	Обучение правилам разогрева продуктов в микроволновой печи.	2
27.	Повторение и обобщение по теме «Питание»	1
<b>Жилище</b>		
28-29.	Виды мебели и уход за ней	2
30-31.	Генеральная уборка жилого помещения	2
32-33.	Борьба с вредными насекомыми и грызунами.	2
34.	Повторение и обобщение по теме «Жилище».	1
<b>О самом сокровенном</b>		
35-36.	Откуда берутся дети?	2
37-38.	Ты становишься девушкой.	2
<b>Мир взаимоотношений</b>		
39-40.	Что такое комплекс и как с ним бороться?	2
41-42.	Взаимоотношения с родителями.	2
43-44.	Самооценка. Ответственность за себя.	2
45.	Повторение и обобщение по теме «Мир взаимоотношений».	1
<b>Средства связи.</b>		
46-47.	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды	2

	почтовых и телеграфных услуг.	
48-49.	Правила оформления почтовых и телеграфных бланков, квитанций, составление текста телеграмм.	2
50.	Повторение и обобщение по теме «Средства связи».	1
<b>Природа и человек</b>		
51-52	Правила пересадки комнатных растений. Подкормка. Борьба с вредителями и болезнями.	2
53.	Дикорастущие съедобные растения в нашем рационе.	1
54.	Экологические рейды «Оглянись в тревоге» в поле, на берегу реки.	1
55.	Повторение и обобщение по теме «Природа и человек».	1
<b>Здоровье</b>		
56-57.	Как победить простуду? Предупреждение простудных заболеваний и гриппа. Домашняя аптечка. Термометр.	2
58-59.	Что лечит народная медицина. Аптечка в саду, огороде, в лесу...	2
60-61.	Уход за больными в домашних условиях.	2
62.	Повторение и обобщение по теме «Здоровье».	1
<b>Транспорт.</b>		
63-64.	Виды транспорта. Расписание.	2
65-66.	Определение стоимости и покупка билетов.	2
67.	Повторение и обобщение по теме «Транспорте».	1
<b>Повторение изученного в 8 классе.</b>		
68.	Итоговая контрольная работа.	1

**Тематическое планирование по  
«Основам социальной жизни» 9 класс VIII вид**

**9 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Основные виды учебной деятельности обучающихся</b>
1	Правила дорожного движения.	3ч	Повторяют правила дорожного движения
2	Личная гигиена.	12ч	Рассказывают о способах закаливания. Учатся ухаживать за своим телом. Повторяют правила сохранения зрения, слуха.
3	Одежда и обувь.	5ч	Учатся определять размеры обуви и одежды. Знакомятся со стилями одежды.
4	Питание.	8ч	Знакомятся с правилами определения доброкачественности продуктов. Способами хранения продуктов.
5	Семья.	3ч	Знакомятся с основными статьями закона о браке и семье, условиями создания семьи.
6	Культура поведения.	4ч	Повторяют правила поведения в культурно-массовых местах. Объясняют правила поведения юноши и девушки.
7	Жилище.	3ч	Проводят сухую и влажную уборку.
8	Транспорт.	8ч	Знакомятся с авиатранспортом, правилами перевозки пассажиров.
9	Торговля.	4ч	Знакомятся с особенностями рыночной торговли.
10	Средства связи.	4ч	Рассказывают об основных средствах связи. Составляют текст телеграммы.
11	Медицинская помощь.	7ч	Знакомятся с инфекционными заболеваниями, особенностями ухода за больными, профилактическими средствами
12	Трудоустройство.	4ч	Называют знакомые профессии, учатся самостоятельно определить свои наклонности при выборе профессии
14	Повторение.	2ч	
15	Контрольно-измерительные материалы за год.	1ч	
Итого		68ч	

**Материально-техническое обеспечение учебного предмета «Основы социальной жизни» включает:**

- учебно-методические пособия для учителя;
- учебная зона: столы и стулья для практических работ; классная доска;
- кухонная зона: мойка для мытья посуды и пищевых продуктов, электрическая плита; кухонная мебель; кухонная посуда, утварь; приборы и инструменты; электробытовая техника (электрический чайник, жарочная печь);
- санитарно-гигиеническая зона: гладильная доска; раковина; шкаф для хранения инвентаря и средств для стирки, хранения предметов личной гигиены, утюга;