


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Тульской области  
Комитет по образованию администрации  
муниципального образования Киреевский район

МКОУ «Киреевский центр образования № 4»

РАССМОТРЕНО  
на заседании циклового  
методического объединения  
учителей-предметников  
  
Колосова Н.В.  
Протокол № 1  
от "30" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
зам. директора по УВР  
  
Хмелевская Н.Ю.  
"30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
МКОУ «Киреевский центр  
образования №4»  
  
Алтухова Е.П.  
Приказ № 134  
от "31" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

для 5-9 классов  
(АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА)  
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Горбенко И.Н.,  
учитель истории и обществознания

г. Киреевск  
2022г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по ОСЖ составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

-Программа специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой (раздел «Социально - бытовая ориентировка» авторы: В.И. Романина, Н.П. Павлова). Москва: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013. – сб.1;

-Учебный план МКОУ «Киреевский центр образования № 4» на 2019-2020 учебный год

Программа по ОСЖ является компенсаторно-адаптационной. Она определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОСЖ.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

**Цель** программы – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

**Задачи** предмета социально – бытовая ориентировка:

-формирование знаний, умений, навыков сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни:

-коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности); -развитие коммуникативной функции как неперенное условие социальной адаптации.

Занятия по ОСЖ проводятся в кабинете, обеспечивающем выполнение всех видов теоретических и практических работ, предусмотренной программой.

**Реализация коррекционной работы  
по разделам предмета основы социальной жизни:**

### Планирование коррекционной работы ОСЖ в 5 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
1	«Личная гигиена»	Развивать осознанное восприятие при знакомстве с предметами личной гигиены и активизировать слуховое внимание при изучении способов ухода за ними.
2	«Торговля»	Развивать пространственную ориентировку и зрительное внимание при знакомстве с видами торговых предприятий и правилами приобретения товаров.
3	«Одежда и обувь»	Развивать логическое восприятие при распределении одежды и обуви на категории: по сезонам и назначению.
4	«Жилище»	Развивать пространственную ориентировку при знакомстве с жилыми помещениями и их назначением.
5	«Питание»	Развивать мелкую моторику рук и эстетическое восприятие при знакомстве с кухонными приспособлениями и элементарной сервировке кухонного стола.
6	«Культура поведения»	Развивать наглядно-действенное внимание и восприятие при формировании навыков культурного поведения в процессе общения со старшими и сверстниками.
7	«Транспорт»	Развивать осознанное восприятие в процессе знакомства с городским транспортом и правилами поведения в нем.

### Планирование коррекционной работы ОСЖ в 6 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
1	«Личная гигиена»	Способствовать развитию навыков гигиены, развивать самоконтроль при выполнении утренних и вечерних процедур.

2	«Одежда и обувь»	Развивать мелкую моторику при выполнении практических заданий по уходу за собственной одеждой. Активизировать словарный запас, и зрительное внимание.
3	«Питание»	Активизировать мыслительную деятельность, мелкую моторику рук при приготовлении пищи. Развивать зрительное и слуховое внимание при работе с рецептами.
4	«Семья»	Расширять кругозор, способствовать развитию пространственной ориентировки, распределению зрительного внимания при заполнении таблиц.
5	«Культура поведения»	Способствовать развитию пространственной ориентировки, расширению кругозора, зрительного и слухового внимания. Развивать навыки культурного поведения при посещении культурно - досуговых центров города.
6	«Жилище»	Активизировать мыслительные процессы и словесно-логическое мышление при восстановлении последовательности выполнения уборки жилого помещения, опираясь на жизненный опыт учащихся.
7	«Транспорт»	Корректировать мыслительные и речевые процессы при ознакомлении с разновидностями транспорта. Развивать зрительное и слуховое восприятие в процессе экскурсий на вокзал.
8	«Торговля»	Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки в процессе практического знакомства со специализированными магазинами города и района. Развивать осознанное восприятие.
9	«Средства связи»	Расширять словарный запас по теме в процессе знакомства с видами предоставляемых услуг почты. Развивать зрительное и слуховое внимание и пространственную ориентировку в процессе упаковки посылок и бандеролей.
10	«Медицина»	Развивать осознанное восприятие при практической работе по оказанию первой медицинской помощи. Активизировать мыслительную и речевую деятельность.
11	«Учреждения, организации и предприятия»	Развивать наблюдательность, осознанное восприятие в процессе знакомства с дошкольными учреждениями.

### Планирование коррекционной работы ОСЖ в 7 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
-------	---------	----------------------

1	«Личная гигиена»	Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с особенностями личной гигиены в жизни подростка. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.
2	«Торговля»	Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при определении назначения и выделения отличий и сходств универсама и универсама. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
3	«Учреждения, организации и предприятия»	Способствовать развитию аналитико-синтетической деятельности при распределении предприятий города на определенные категории и в процессе формирования представлений об их назначении. Активизировать осознанное восприятие и логическое мышление.
4	«Жилище»	Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний.
5	«Одежда »	Развивать мелкую моторику рук и глазомер при практическом выполнении ремонта одежды. Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь.
6	«Питание»	Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие в процессе приготовления 1х , 2х и 3х блюд.
7	«Семья»	Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки, осуществляя связь с жизнью
8	«Транспорт»	Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о железнодорожном транспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корректировать внимание и поведенческие навыки в процессе практического повторения изученного.
9	«Экономика домашнего хозяйства»	Развивать речевую и мыслительную деятельность при изучении бюджета семьи, осуществляя практическую направленность и взаимосвязь с жизнью. Обогащение словарного запаса.
10	«Медицина»	Активизировать речевую деятельность, развивать связную речь в процессе составления последовательного рассказа, сопровождаемого практическими действиями при оказании

		первой медицинской помощи. Расширять кругозор, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
11	«Культура поведения»	Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды в соответствии с назначением и подборе и оформлении подарков. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил приёма и отказа от приглашения в гости. Корректировать поведенческие навыки.
12	«Средства связи»	Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности. Развивать наблюдательность и способность правильно распределять внимание при ознакомлении с работой почты.

### Планирование коррекционной работы ОСЖ в 8 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
1	«Личная гигиена»	Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с особенностями косметических средств. Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.
2	«Питание»	Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением выпечек. Развивать логическое мышление и воображение при составлении меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие в процессе приготовления блюд.
3	«Одежда»	Развивать переключаемость внимания с одного вида деятельности на другой. Расширять словарный запас и связную речь. Корректировать навыки ведения домашнего хозяйства правильно распределяя силы и внимание.

4	«Семья»	Способствовать развитию социально-бытовой ориентировки, осуществляя связь с жизнью. Развивать осознанное внимание и восприятие при знакомстве с правилами ухода за грудными детьми
5	«Экономика домашнего хозяйства»	Развивать речевую и мыслительную деятельность при изучении бюджета семьи, осуществляя практическую направленность и взаимосвязь с жизнью. Обогащение словарного запаса. Развитие зрительного внимания при оформлении необходимых документов. Осуществлять взаимосвязь с математикой при оформлении расчетных записей.
6	«Культура поведения»	Активизировать воображение и логическое мышление при подборе одежды и косметических средств, в соответствии с назначением мероприятия. Развивать связную и обоснованную речь в процессе составления правил общения с противоположным полом, осуществляя взаимосвязь с жизненным опытом. Корректировать поведенческие навыки.
7	«Жилище»	Развивать осознанное восприятие и бытовую ориентировку при распределении навыков уборки жилого помещения, в соответствии с его назначением. Активизировать мыслительную деятельность, общую и мелкую моторику при практической отработке полученных знаний.
8	«Транспорт»	Способствовать развитию осознанного восприятия и мыслительной деятельности при формировании представлений о автотранспорте, опираясь на жизненный опыт учащихся. Корректировать внимание и поведенческие навыки в процессе экскурсий
9	«Торговля»	Активизировать зрительную память и внимание, логическое мышление при выборе покупок к ужину , с учетом различных меню. Развивать аналитико-синтетическую деятельность. Расширять словарный запас, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
10	«Средства связи»	Развивать бытовую направленность восприятия и внимания в процессе практической деятельности. Развивать наблюдательность и способность правильно распределять внимание при ознакомлении с работой телеграфа.
11	«Медицина»	Активизировать речевую деятельность, развивать связную речь в процессе составления последовательного рассказа, сопровождаемого практическими действиями при оказании первой медицинской помощи. Расширять кругозор, осуществляя взаимосвязь с жизнью.
12	«Учреждения, организации и предприятия»	Способствовать развитию аналитико-синтетической деятельности при формировании представлений о назначении органов власти и их разнообразии. Активизировать осознанное восприятие и логическое мышление.

### Планирование коррекционной работы ОСЖ в 9 классе

№ п/п	Разделы	Коррекционная работа
1	«Личная гигиена»	<p>Развивать осознанное восприятие и слуховое внимание в процессе ознакомления учащихся с правилами здорового образа жизни, о вредном воздействии алкоголя и наркотиков, курения на организм человека.</p> <p>Способствовать правильному распределению внимания и расширению кругозора.</p>
2	«Одежда и обувь»	<p>Расширять кругозор учащихся. Активизировать процессы припоминания, опираясь на жизненный опыт, при формировании представлений о моде и стилях одежды. Развивать глазомер и точные математические навыки при вычислении размеров одежды. Развивать бытовую ориентировку.</p>
3	«Жилище»	<p>Способствовать развитию бытовой, пространственной ориентировки при формировании представлений об интерьере. Развивать воображение, зрительное внимание при практической расстановке мебели с учетом предъявляемых требований, опираясь на жизненный опыт.</p>
4	«Питание»	<p>Активизировать мыслительную и речевую деятельность при знакомстве с видами и значением питания. Развивать логическое мышление и воображение при составлении</p>



		меню, учитывая принятые требования. Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое восприятие, воображение в процессе сервировки стола.
5	«Семья»	Активизировать мыслительные процессы, аналитико-синтетическую деятельность при распределении обязанностей в семье и осознанное восприятие при выявлении условий для создания семьи. Развивать связную речь и воображение в процессе написания сочинения на тему «Моя семья».
6	«Культура поведения»	Корректировать навыки поведения в обществе. Развивать воображение и слуховое внимание в процессе формирования правил хорошего тона.
7	«Транспорт»	Активизировать мыслительную и речевую деятельность, расширять кругозор и пространственную ориентировку при знакомстве с авиатранспортом, его разнообразием и назначением.
8	«Средства связи»	Расширять словарный запас, развивать слуховое внимание и восприятие при оформлении квитанций на денежный перевод. Активизировать математическое, логическое мышление в процессе практического применения полученных знаний.
9	«Медицина»	Способствовать развитию аналитико-синтетической деятельности при распределении обязанностей по уходу за больным. Корректировать поведенческие навыки для профилактики инфекционных заболеваний
10	«Торговля»	Развивать наблюдательность и зрительное внимание в процессе формирования представлений о ярмарках, рынках, комиссионных магазинах, осуществляя практическую направленность и взаимосвязь с жизнью.
11	«Экономика домашнего хозяйства»	Развивать речевую и мыслительную деятельность при изучении бюджета семьи, видов и целей сбережений, кредита, государственного страхования. Осуществляя практическую направленность и взаимосвязь с жизнью. Обогащение словарного запаса. Развитие зрительного внимания при оформлении необходимых документов. Осуществлять взаимосвязь с математикой при оформлении расчетных записей.
12	«Учреждения, организации и предприятия»	Развивать пространственную ориентировку, расширять кругозор, опираясь на жизненный опыт учащихся.

13	«Трудоустройство»	Развивать мыслительную и речевую деятельность для более успешной адаптации в дальнейшей жизни. Развивать осознанное восприятие, слуховое и зрительное внимание, в процессе оформления деловых бумаг, соблюдая принятые требования.
----	-------------------	--

### Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ

#### 5 класс

Разделы	Краткое содержание
«Введение»	Беседа о цели, содержании и значении предмета СБО. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно - гигиенических требований на занятиях
«Личная гигиена»	<p>Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Содержание в чистоте и порядке личных вещей. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически</p> <p>Гигиена зрения и слуха, гигиена чтения. Как смотреть телевизор.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Выполнение утреннего и вечернего туалета: мытье рук, лица, ушей, чистка зубов,          Выполнение вечернего туалета, Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически          причесывание волос Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы          Чистка ушей</p>
«Одежда и обувь»	<p>Виды одежды и обуви и головных уборов. Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье.)          Одежда повседневная, праздничная, спортивная. Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды. Подготовка к хранению одежды. Правила, приёмы и средства ухода за обувью          Правила и приёмы сушки мокрой обуви. Подготовка к хранению обуви.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.</p>
«Питание»	<p>Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.). значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место приготовления пищи и его оборудование. Кухонные принадлежности и приборы. Правила пользования и ухода за ними.. Кухонные приборы, принадлежности и посуда. Правила пользования и уход за ними. Химические средства по уходу за посудой. Приготовление завтрака. Простые и комбинированные, горячие и холодные бутерброды .Яйца отварные, яичница, и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая. Сервировка стола к завтраку.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.          Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды</p>

«Культура поведения»	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками. Правила поведения за столом.
«Жилище»	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома, школы. <b>Практическая работа</b> Заполнение почтового адреса на открытках.
«Транспорт»	Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения. <b>Экскурсии</b> Коллективные поездки в транспорте.
«Торговля»	Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах. <b>Экскурсия</b> в продовольственный магазин

## Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ

### 6 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	<p>Закаливания организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения)Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы)Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног) Профилактика грибковых заболеваний. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.</p> <p><b>Практическая работа</b> Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук;</p>
«Одежда и обувь»	<p>Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва). Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б и шелковых тканей. Глажение фартуков, косынок, салфеток.</p> <p><b>Практическая работа</b> Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва.</p>
«Питание»	<p>Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи . ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину</p> <p><b>Практические работы</b> Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде, и молоке. Пюре. Запеканок (из творога, и других продуктов). Оформление готовых блюд</p>
«Семья»	<p>Состав семьи учащихся: имя, отчества, возраст, место работы членов семьи, личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.</p>
«Культура поведения»	<p>Правила поведения в общественных местах.(кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.</p>
«Жилище»	<p>Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.</p> <p><b>Практические работы</b> Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытьё полов. Уход за комнатными растениями : полив, опрыскивание, пересадка.</p>
«Транспорт»	<p>Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах</p>

	<p>транспорта(разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.</p> <p><b>Экскурсия</b> на вокзал (станцию)</p>
«Торговля»	<p>Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.</p> <p><b>Экскурсия</b> в специализированный продовольственный магазин.</p>
«Средства связи»	<p>Основные средства связи(почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений(письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем(закрытые,открытые, простые, заказные), порядок отправления писем. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков составление текста телеграмм.</p> <p><b>Практическая работа</b> Написание адреса и индекса на конвертах. Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков.</p> <p><b>Экскурсия</b> на почту, телеграф.</p>
«Медицинская помощь»	<p>Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений(врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптек). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов мед. помощи.</p> <p><b>Экскурсия</b> в аптеку.</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Дошкольные учреждения и их назначения.</p> <p><b>Экскурсия</b> в ДДТ.</p>

### Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ

#### 7 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

«Одежда и обувь»	<p>Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка белья из х/б ткани вручную, и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. «Химчистка». Виды услуг. Правила пользования.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Экскурсия в химчистку.</p>
«Питание»	<p>Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных полуфабрикатов. Третьи блюда. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Приготовление закусок, первых, вторых и третьих блюд.</p>
«Семья»	<p>Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку.</p> <p>Разучивание тихих и подвижных игр.</p> <p>Проведение игр с детьми младшего возраста.</p>
«Культура поведения»	<p>Поведение в гостях. Подарки.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Изготовление несложных сувениров.</p>
«Жилище»	<p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к лету и зиме. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за мебелью в зависимости от покрытия (мягкая обивка, полировка, лак Животные дома(кошка, собака, попугай).</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытьё зеркал, утепление окон.</p>
«Транспорт»	<p>Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы.. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретения ж/д билетов. Камеры хранения багажа.</p> <p><b>Экскурсия</b></p> <p>На железнодорожный вокзал, станцию</p>
«Торговля»	<p>Универсальные и специализированные промышленные магазины их отделы, Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.</p> <p><b>Экскурсия</b> в протоварный магазин.</p>
«Средства связи»	<p>Виды бандеролей, порядок их отправления. Упаковка и стоимость пересылки. Виды упаковки, правила отправления и стоимость пересылки. Заполнение бланков.</p> <p><b>Практические работы</b></p>

	Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей. <b>Экскурсия</b> на почту.
«Медицинская помощь»	Домашняя аптечка. Термометр. Лекарственные растения. Первая помощь при травмах, ранах, ушибах, переломах. <b>Практические работы</b> Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность. Заваривание травяного чая.
«Учреждения, организации и предприятия»	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты местности, Экскурсии на промышленные предприятия или сельскохозяйственные объекты.

### Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ 8 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) <b>Практическая работа</b> Упражнение в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема.
«Питание»	Приготовления изделия из теста. Квашение, соление овощей, варка варенья из фруктов и ягод. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. <b>Практические работы</b> Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста. Квашение, соление овощей. Варка варенья из фруктов, ягод. Упражнение в составлении меню.
«Одежда и обувь»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях.

	<p>Правила и приемы глажения блузок, рубашек, платьев. Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг. Прачечная самообслуживание.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Заполнение бланков для сдачи белья.</p> <p><b>Экскурсия</b> в прачечную</p>
«Семья»	<p>Уход за грудным ребенком в семье (кормление из соски и с ложечки, купание, пеленание, одевание, уборка постели, правила содержания детской посуды, игрушек)</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Упражнения в купании, одевании, пеленании куклы</p>
«Экономика домашнего хозяйства»	<p>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.)</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Упражнение в планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах) снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций. Упражнения в планировании крупных покупок (на конкретных примерах) в оказании материальной помощи родственникам.</p> <p><b>Экскурсия</b> в ЖКХ</p>
«Культура поведения»	<p>Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.</p>
«Жилище»	<p>Уборка кухни, санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Мытье кафельных стен, чистка раковин.</p>
«Транспорт»	<p>Междугородний автотранспорт, автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p><b>Экскурсия</b> на автобусную станцию или в порт.</p>
«Торговля»	<p>Специализированные магазины (книжный, спортивный и др.). Стоимость основных промышленных товаров.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Упражнения в подсчете стоимости покупок.</p> <p><b>Экскурсия</b> в один из специализированных магазинов</p>



«Средства связи»	<p>Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов милиции, пожарной команды, аварийных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени. Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.</p> <p><b>Экскурсия</b> на переговорный пункт</p>
«Медицинская помощь»	<p>Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.</p> <p><b>Практические работы</b></p> <p>Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании, утоплении.</p> <p><b>Экскурсия</b> в поликлинику.</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Департамент, муниципалитет, префектура, милиция, их назначение.</p> <p><b>Экскурсия</b> в одну из организаций по теме.</p>

### Основное содержание предмета, практические работы по ОСЖ

#### 9 класс

Разделы	Краткое содержание
«Личная гигиена»	<p>Здоровый образ жизни- один из условий успеха в жизни человека. (вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений : в здоровом теле- здоровый дух.)</p>
«Одежда и обувь»	<p>Стиль одежды, мода, обновление одежды( замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке. Выведение мелких пятен на одежды в домашних условиях (средства правила выведения) техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Выведение пятен.</p>
«Жилище»	<p>Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер. Сохранение жилищного фонда.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Упражнения в рациональной расстановке мебели, подборе деталей интерьера.</p>
«Питание»	<p>Приготовление национальных блюд. Составление меню и сервировка праздничного стола. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p>Приготовление национальных блюд. Составление меню праздничного стола. Приготовление блюд для детей ясельного возраста, диетических блюд.</p>
«Семья»	<p>Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье.</p>

	<p><b>Практическая работа</b> Упражнение в анализе различных семейных ситуаций</p>
«Культура поведения»	<p>Традиции культуры поведения в современном обществе. Соседи. Прием гостей</p> <p><b>Практическая работа</b> Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку. Упражнения в умении планировать свои действия во время приема гостей.</p>
«Транспорт»	<p>Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p><b>Практическая работа</b> Упражнения в умении ориентироваться в расписании</p>
«Торговля»	<p>Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями. Значение ярмарок. Торговля уцененными товарами скупка вещей у населения. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи. Виды ярмарок. Время и место проведения ярмарок.</p> <p><b>Практическая работа</b> <b>Экскурсия</b> на рынок. Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей. Упражнения в вежливом обращении к продавцу и подсчете стоимости покупки.</p>
«Средства связи»	<p>Виды денежных переводов, стоимость их отправок. Виды связи, особенности каждой, значимость в современной жизни</p> <p><b>Практическая работа</b> Заполнение бланков денежных переводов. Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг.</p>
«Медицинская помощь»	<p>Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Уход за больным. документы, подтверждающие нетрудоспособность.</p> <p><b>Практическая работа</b> Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к лекарством Упражнение в умении измерять температуру, ставить горчичники</p>
«Учреждения, организации и предприятия»	<p>Предприятия бытового обслуживания, их назначение.</p> <p><b>Практическая работа</b> <b>Экскурсия</b> на предприятия бытового обслуживания. Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания</p>
Экономика домашнего хозяйства	<p>Бюджет. Текущие расходы</p> <p><b>Практическая работа</b> <b>Экскурсия</b> в сберкасса. Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей.</p>

	Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства
«Трудоустройство»	<p>Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу, постоянную и по договору. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная записка, заявка. Правила их составления и написание.</p> <p><b>Практическая работа</b></p> <p><b>Экскурсия</b> в отдел занятости населения Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии. Упражнение в умении обращаться в службу занятости, отделы кадров для устройства на работу. Составление деловых бумаг: заявление, автобиографии, анкеты, заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки.</p>

### Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.

#### ▼ в сфере организации питания:

- различать продукты питания разных групп: овощи, фрукты, молочные, мучные, мясные, рыбные продукты, крупы, кондитерские изделия;
- определять способы употребления в пищу (в сыром, варённом, жаренном виде) разных продуктов питания;
- различать доброкачественные (пригодные к употреблению) и испорченные (непригодные к употреблению) продукты;
- размещать продукты питания в соответствующих местах хранения;
- обрабатывать продукты питания перед приёмом в пищу: мыть (фрукты, овощи, ягоды), чистить, отваривать и др.;
- готовить простейшие блюда (напитки, бутерброды, простейшие первые, вторые, третьи блюда);
- правильно пользоваться столовой, чайной, кухонной посудой, столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой и ножом), кухонными приспособлениями и инструментами, некоторой бытовой кухонной техникой (мясорубкой, миксером и др.);
- сервировать стол к завтраку (ужину, обеду);
- убирать стол после еды; мыть посуду; убирать помещение кухни;
- соблюдать правила приёма пищи, культуру поведения и общения за столом;

#### ▼ в сфере ухода за телом;

- выполнять утренний и вечерний туалет (мыть руки, лицо, уши, шею, ноги, чистить зубы);
- мыть тело;
- мыть и расчёсывать волосы;
- чистить и подстригать ногти на пальцах рук и ног;
- пользоваться предметами и средствами гигиены, правильно их хранить;

- пользоваться дезодорантом;
- оценивать свой внешний вид (чистота лица, рук, волос, состояние ногтей, опрятность одежды, обуви), при необходимости вносить изменения.

▼ **в сфере ухода за одеждой и обувью:**

- пользоваться застёжками разных видов (пуговицами, кнопками, крючками, молнией, липучками);
- складывать и развешивать одежду; размещать одежду в шкафу, в квартире (доме);
- чистить одежду щёткой;
- стирать одежду вручную и в стиральной машине;
- гладить одежду;
- выполнять мелкий ремонт одежды (пришивать пуговицы, зашивать одежду по распоровшемуся шву);
- зашнуровывать обувь, завязывать шнурок на узелок и бантик;
- чистить обувь;
- сушить мокрую обувь;

▼ **в сфере ухода за жилищем:**

- наводить порядок в помещении;
- застилать постель;
- удалять пыль с мебели, зеркал и др.;
- подметать и мыть, пол;
- пользоваться щеткой для чистки ковровых покрытий;
- пользоваться пылесосом;
- выполнять уборку квартиры (повседневную, еженедельную, сезонную);
- ухаживать за комнатными растениям (поливать, удалять сухие листья, удалять пыль с листьев, рыхлить землю) и цветочными горшками;

Учащиеся знакомятся с предприятиями и учреждениями **сферы обслуживания населения**. В процессе обучения у детей формируются следующие **жизненно значимые умения**:

- ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск), службы быта (парикмахерская, фотоателье, ателье по пошиву одежды, ремонтные мастерские, прачечная, химчистка, столовая), связи (почта, телеграф), медицинской помощи (больница, поликлиника, служба «скорой помощи», аптека), культуры (библиотека, кинотеатр, музей);
- различать узнавать эти предприятия, учреждения по условным обозначениям, витринам, вывескам-названиям и др.

- ориентироваться в местонахождении ближайших предприятий и учреждений сферы обслуживания населения в районе проживания;
- осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках.
- ориентироваться в размерах, примерять и покупать одежду, обувь;
- обращаться в службы быта, медицинской помощи, правильно вести себя при пользовании их услугами;
- правильно вести себя в учреждениях культуры;
- пользоваться телефоном; обращаться по телефону в службы экстренной помощи: пожарную, милицию, скорую помощь;
- ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;
- пользоваться деньгами, осуществлять платежи.

Важной особенностью работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью является необходимость специального обучения *способам проведения досуга*. Этой задаче посвящены темы, связанные с учреждениями культуры (библиотека, кинотеатр). У детей формируются:

- представления о способах организации досуга (посещения музея, кинотеатра, библиотеки и др.);
- умения правильно вести себя в местах отдыха и учреждениях культуры.

Начиная с 6 класса учащиеся постепенно *готовятся к семейной жизни*. Семья – это микросоциальная единица сообщества, основанная на супружеском союзе и родственных связях (муж, жена, родители, дети и другие родственники), на совместном ведении общего хозяйства и взаимной моральной ответственности. В рамках социально-бытовой ориентировки у учащихся формируются представления о важнейших аспектах жизнедеятельности семьи (психологическом, экономическом, хозяйственном и др.) и *социально значимые умения*:

- называть себя (фамилию, имя, отчество, возраст), адрес;
- называть членов своей семьи: отца, мать, брата, сестру, дедушек и бабушек;
- определять собственную социальную роль в семье (сын или дочка, внук или внучка, брат, сестра);
- ориентироваться в распределении обязанностей в быту между членами семьи;
- планировать семейный бюджет: определять сумму доходов в семье за месяц, планировать расходы;
- называть правила ухода за маленькими детьми в семье;
- приглашать и принимать гостей;
- поздравлять с праздником;
- называть способы организации досуга семьи, уметь организовывать свой досуг.

Содержание данного раздела «Трудоустройство» (9 кл.) направлено на ориентировку учащихся.

- называть основные документы гражданина РФ.
- называть документы, предоставляемые при поступлении в профессиональное училище, при устройстве на работу;
- оформлять документы (заявление, анкета);
- ориентироваться в ситуациях: заключения трудового договора, перехода с одной работы на другую, начисления трудового стажа, оформления больничного листа.

Итак, *основными содержательными линиями* в области социально-бытовой ориентировки школьников с ОВЗ является следующие:

- **бытовая трудовая деятельность:** умения в сфере организации питания, ухода за телом, одеждой, обувью, жилищем, комнатными растениями и другими предметами обихода;

- **предприятия и учреждения сферы обслуживания населения:**

Ориентировка в услугах предприятий и учреждений сферы обслуживания населения (торговли, службы быта, связи, культуры, медицинской помощи, транспорта), практические умения пользоваться ими;

- **семья:** представления о семье, семейных взаимоотношениях, организации быта и досуга семьи;

- **трудоустройство:** представления о возможностях и порядке трудоустройства, об организационных аспектах профессиональной трудовой деятельности;

- **организация досуга;** места и способы проведения досуга.

## Дополнение к рабочей программе по ОСЖ

В школе есть учащиеся с умеренной умственной отсталостью

**Целью образования учащихся с умеренной умственной отсталостью является:**

- максимальное включение обучающихся в образовательный процесс;
- формирование доступных для этого контингента детей с ограниченными возможностями здоровья видов деятельности (предметно-практической, игровой, элементарной учебной, общения, трудовой).
- предметно-развивающая среда;
- формы взаимодействия со взрослыми - участниками образовательного процесса.

**Одежда и обувь.** В данном разделе обучаю учащихся называнию предметов одежды и обуви, элементарным способам ухода за ними, аккуратному пользованию этими предметами.

**Питание.** Учитывая низкий уровень самостоятельности и психофизических возможностей детей и подростков, в данном разделе обучаю детей и подростков практическим умениям приготовления элементарных блюд, правилам хранения некоторых продуктов, соблюдению санитарно-гигиенических требований к содержанию посуды, хранения и использования продуктов.

**Жилище.** После изучения материала, предлагаемого в разделе, учащиеся приобретут умения выбирать и пользоваться средствами и инвентарем по уходу за жилищем, выполнять элементарные действия по созданию уюта в доме.

**Культура поведения.** Данный раздел знакомит учащихся элементарным правилам поведения в классе, дома, в транспорте, в общественных местах, а также альтернативной коммуникации и правилам общения со взрослыми и сверстниками. Учащиеся обучаются культуре приема пищи, ношения одежды, обуви.

**Транспорт.** Знакомство с транспортом, его видами, безопасным использованием им происходит на уроках по предметам «Развитие речи и окружающий мир». «Здоровье и безопасность жизнедеятельности». Задачей данного раздела является обучение учащихся алгоритмам поездки на транспорте, нахождению нужной остановки, оплате за проезд, альтернативной коммуникации и навыкам элементарного общения.

**Семья.** Этот раздел является достаточно сложным для учащихся с умеренной умственной отсталостью, поэтому их обучаю элементарным знаниям о составе семьи и ее членах, о распределении обязанностей между членами семьи при выполнении совместной деятельности.

**Торговля.** Материал раздела направлен на обучение учащихся умению различать магазины по видам, совершать элементарные покупки для приготовления пищи и ухода за собой, жилищем, для стирки белья и одежды.

**Средства связи.** Учащиеся знакомятся со средствами связи: почтой, телеграфом, телефоном, правилами пользования и поведения в экстренных случаях.

**Учреждения и организации.** Учитывая минимальный

уровень самостоятельности учащихся с умственной отсталостью не только в школе, но и в дальнейшей жизни и низкий уровень ориентировки в окружающем, в данный раздел предполагает их знакомство только с одним видом учреждений — поликлиникой. Предполагается формирование у учащихся элементарных навыков посещения поликлиники, общения и альтернативной коммуникации.

### Прогнозируемые результаты:

- достижение максимально возможного уровня социально-бытовой умелости;
- формирование положительного отношения к осваиваемым видам деятельности; -умение жить в коллективе детей.

### Календарно-тематический план реализации рабочей программы по ОСЖ 5 класс.

№ п/п	Дата проведения урока	Тема урока	Кол-во часов	Содержание	ЗУН УДЗ-( учащиеся должны знать). УДУ-( учащиеся должны уметь).	Практические работы
1		Вводное занятие	1	Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки. Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нем.Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.	Учащиеся должны иметь представление о предмете СБО; назначение кабинета и правила поведения в нем.	№1 Знакомство с кабинетом, оформление тетрадей
<b>Раздел «Личная гигиена» 3 часа</b>						
2		Правила личной гигиены	1	Личная гигиена. Значение личной гигиены для здоровья человека Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета Личные вещи: носовой платок,	Учащиеся должны иметь представление -о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения и укрепления здоровья	№2. Выполнение утреннего и вечернего туалета:, мытьё рук, лица, ушей, чистка зубов,



				зубная щетка, расческа, мочалка, полотенца, носки, трусики – только для индивидуального пользования. Содержание их в чистоте – залог здоровья	человека УДЗ: -последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; -периодичность и правила чистки зубов;	Выполнение вечернего туалета, чистка ушей.
3		Уход за волосами	1	Уход за волосами. Типы волос и пользование шампунем в соответствии с типом волос. Здоровье и красота прически	-периодичность и правила чистки ушей; -периодичность мытья головы -правила освещения рабочего места; -правила освещения помещения; -правила охраны зрения при чтении, просмотре телевизионных передач;	№3 Подбор моющего средства в соответствии с типом волос. Подбор расчески, прически причёсывание волос.
4		Правила охраны зрения, уход за ушами.	1	Гигиена зрения и слуха. Гигиена чтения. Как смотреть телевизор. Уход за ушами.	УДУ: -совершать утренний туалет; - совершать вечерний туалет в определённой последовательности; -выбирать причёску и причёсывать волосы;	№4 Измерение расстояния от книги до глаз, от телевизора до зрителя. Установка настольной лампы. Чистка ушей.
<b>Раздел «Одежда и обувь» 5 часов</b>						
5		Значение одежды, головных уборов и обуви	1	Виды одежды, обуви и головных уборов Классификация одежды по сезонам (верхняя одежда, легкое платье)	Учащиеся должны иметь представление -почему нужно содержать одежду и обувь в чистоте;	
6		Назначение одежды	1	Одежда повседневная, праздничная, спортивная,	-как сохранить внешний вид одежды, обуви и головных уборов.	
7		Повседневный уход за одеждой	1	Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой. Предупреждение загрязнения, сушка мокрой одежды	УДЗ: -виды одежды и обуви; -правила ухода за одеждой и обувью.	№5 Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды
8		Уход за обувью	1	Правила, приёмы и средства ухода за обувью Правила и приёмы сушки мокрой обуви..	УДУ: -подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону; -различать одежду и обувь в зависимости от их назначения	№6 Чистка и сушка кожаной обуви. Чистка обуви из замши и текстиля.

9		Уход за мокрой обувью. Подготовка к хранению обуви	1	Подготовка к хранению одежды Подготовка к хранению обуви	(повседневная, праздничная, спортивная); -сушить мокрую одежду; -чистить одежду; -подбирать крем и чистить кожаную обувь; -чистить замшевую и текстильную обувь; -сушить мокрую обувь; -подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению	
<b>Раздел «Питание» 10часов</b>						
10		Значение питания	1	Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты ит.д.).значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека.	Учащиеся должны иметь представление о -значении продуктов питания для здоровья человека;	
11		Место приготовления пищи	1	Место и условия приготовления пищи. Санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления пищи	-витаминах, содержащихся в основных продуктах	№7 Экскурсия по кухне и кухонным шкафам
12		Посуда и приспособления. Правила мытья посуды	1	Кухонные принадлежности и приборы, посуда Правила пользования и ухода за ними. Химические средства по уходу за посудой	УДЗ: -виды бутербродов -различные меню завтрака - санитарно – гигиенические требования к процессу приготовления пищи	№8 Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды
13		Приготовление завтрака	1	Приготовление завтрака .Различные меню завтрака. Секреты заваривания настоящего чая. Инструктаж по технике безопасности при работе с кипятком, электрочайником.	-правила заваривания чая -правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником	№9 Заваривание чая
14		Сервировка стола к завтраку с учетом меню	1	Правила сервировки стола к завтраку. Назначение посуды и приборов. Назначение салфеток в сервировке и трапезе.	-правила сервировки стола к завтраку; -санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой	№10 Сервировка стола к завтраку
15		Бутерброды.	1	Простые и комбинированные , горячие и холодные бутерброды. Правила пользования ножом, плитой.	УДУ: -резать ножом продукты для бутербродов;	№11 Приготовление бутербродов

16		Блюда из яиц	1	Способы приготовления яиц. Яйца отварные, яичница и омлет. Работа с технологическими картами Инструктаж по технике безопасности работа с электроприборами	<ul style="list-style-type: none"> <li>-отваривать яйца, жарить яичницу и омлет;</li> <li>-нарезать вареные овощи кубиками и соломкой;</li> <li>-накрывать на стол с учетом конкретного меню;</li> <li>-мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду;</li> <li>- пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам;</li> </ul>	№12 Упражнение в приготовление отварных яиц
17		Яичница, Омлет.	1	Приготовление яичницы и омлета .Работа по технологической карте Инструктаж по технике безопасности работа с электроприборами		№13 Упражнение в приготовление яичницы, омлета.
18		Салат.	1	Общие правила приготовления салатов. Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом		№14 Упражнение в нарезке овощей соломкой. Приготовление салата.
19		Винегрет.	1	Приготовление винегрета. Инструктаж по технике безопасности при работе с ножом.		№15 Упражнения в нарезке овощей кубиками Приготовление винегрета

#### Раздел «Культура поведения» 4 часа

20		Красота-родная сестра здоровья	1	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя	<p>УДЗ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-требования к осанке при ходьбе, положении сидя и стоя;</li> </ul> <p>УДУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-следить за своей осанкой;</li> <li>-принимать правильную позу в положении сидя и стоя;</li> <li>-следить за своей походкой и жестикულიацией;</li> <li>-правильно вести себя при встрече и</li> </ul>	
21		О культуре поведения	1	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании Вежливые слова.		№16 Упражнения в речевом этикете при встрече и расставании. Тренинг: тон.
22		Правила общения	1	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками речевой этикет при обращении с просьбой и вопросом к старшим и сверстникам		№17 Упражнения в речевом этикете
23		Правила	1	Правила поведения за столом во		№18

		поведения за столом		время приема пищи (пользоваться столовыми приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу)	расставании со сверстниками(мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях; -вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам, взрослым; -тактично и вежливо вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу)	Упражнения в умении пользоваться столовыми приборами
<b>Раздел «Жилище» 3 часа</b>						
24		Виды жилых помещений	1	Виды жилых помещений в городе и деревне	УДЗ: -виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; -почтовый адрес своего дома и школы-интерната	№19 Зарисовка в тетради городской многоэтажки и сельской усадьбы
25		Мой дом	1	Жилой дом, интернатские помещения, Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления	УДУ: -писать адреса на почтовых открытках	
26		Почтовый адрес	1	Почтовый адрес дома и школы-интерната		№20 Заполнение почтового адреса на открытке
<b>Раздел «Транспорт» 3 часа</b>						
27		Виды транспортных средств	1	Наземный городской транспорт Поведение в транспорте, поведение на улице(правила посадки, покупки билета, поведение в салоне при выходе на улицу	УДЗ: -наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; -варианты проезда до школы различными видами транспорта;	Сюжетно-ролевые игры: посадка в автобус, покупка билета, выход из автобуса
28		Экскурсия по р.п.Сузуну в городском транспорте	1	Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта).	-количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; -правила передвижения на велосипеде.	
29		Правила дорожного движения	1	Правила дорожного движения , знаки дорожного движения Правила передвижения на велосипеде	УДУ: -соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила	№21 Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на

					посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу); -соблюдать правила дорожного движения.	пути к дому, школе.(Пешеходная дорожка; Движение пешеходов запрещено; Осторожно дети. И др.)
<b>Раздел «Торговля» 4 час</b>						
30		Виды магазинов, их значение	1	Виды торговых предприятий: продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их значение для жизни людей.	УДЗ: -основные виды магазинов, их назначение; -виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них; -стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака. УДУ -выбрать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню; -оплачивать покупку; -соблюдать правила поведения в магазине.	
31		Продуктовые магазины	1	Порядок приобретения товаров а продовольственных магазинах .Виды отделов в продовольственных магазинах		
32		Продукты для завтрака	1	Правила покупки товаров в продовольственных магазинах		№22 Упражнение в выборе продуктов для приготовления завтрака с учетом конкретного меню
33		Экскурсия в продовольственный магазин	1	стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака		№23 Упражнение в соблюдении правил поведения в магазине
34		Проверочная работа	1			

**Календарно-тематический план реализации рабочей программы по ОСЖ 6 класс.**

№ п/п	Дата проведения урока	Тема урока	Кол-во часов	Содержание	ЗУН УДЗ (учащиеся должны знать) УДУ (учащиеся должны уметь)	Практические работы
<b>Раздел «Личная гигиена» 6 часов</b>						
1		Закаливание организма	1	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания(зарядка, обтирание ,сезонная одежда, физические упражнения)	УДЗ: -правила закаливания организма, обтирания; -правила соблюдения личной гигиены во время, физических упражнений.	
2		Уход за руками	1	Уход за ногтями и кожей рук, кремы	УДУ: -мыть руки, стричь ногти на руках и ногах и ухаживать за кожей рук.; -подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;	№1 Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук. Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук;
3		Уход за ногами	1	Уход за ногтями и кожей ног. Профилактика грибковых заболеваний	-подбирать косметические средства для ухода за ногами.	№2 Подобрать косметические средства для ухода за ногами
<b>Раздел «Одежда» 14 часов</b>						
4		Значение опрятного вида человека Правила пришивания пуговиц, крючков и кнопок.	1	Ремонт одежды правила техники безопасности работе с колющими и режущими инструментами Способы пришивания пуговиц, крючков, кнопок	УДЗ: -Правила стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей; - санитарно- гигиенические требования и правила техники безопасности работе с колющими и режущими инструментами,	
5		Правила пришивания вешалок, петель.	1	Правила пришивания вешалок, петель Правила техники безопасности работе с колющими и режущими инструментами	электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами; УДУ: -Пришивать пуговицы. крючки и кнопки;	№4 пришивание вешалок, петель,
6		Выполнение ремонта одежды по распоровшему	1	Зашивание распоровшегося шва. Правила техники безопасности работе с колющими и режущими инструментами	-зашивать одежду по распоровшемуся шву; -подшивать платья, брюки, рукава;	№5 Зашивание распоровшегося шва

		ся шву				
7		Ручная стирка белья.	1	Правила стирки изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми и бытовыми химическими средствами.	-подбирать моющие средства для стирки изделий из х/б и шелковых тканей; -стирать изделия из цветных хлопчатобумажных, шелковых тканей; -гладить эти изделия.	№7 Подобрать моющие средства для стирки изделий из х/б и шелковых тканей; Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей
8		Глажение фартуков, косынок, салфеток	1	Правила техники безопасности при работе с электронагревательными приборами. Утюжка фартуков, косынок, салфеток.		№8 Утюжка фартуков, косынок, салфеток.
<b>Раздел «Питание» 12 часов</b>						
9		Гигиена питания	1	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него. Определение доброкачественности продуктов, срока годности	Учащиеся должны иметь представление о -режиме питания, удельном весе молочных продуктов в рационе питания; УДЗ:	№9 Определение срока годности продуктов питания
10		Меню ужина Сервировка стола к ужину	1	Режим питания Приготовление пищи на ужин. (разнообразные меню ) .Сервировка стола к ужину.	-способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий. круп, молока и молочных продуктов, овощей; -санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком;	№10 Составление меню на ужин. №11 Сервировка стола на ужин.
11		Первичная и тепловая обработка картофеля.	1	Приготовление блюд из картофеля и других овощей. Способы первичной и тепловой обработки картофеля. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользование электроплитой	-правила пользование электроплитой; -определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения; -правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;	№12 Варка картофеля
12		Приготовление каши	1	Приготовление блюд из круп. Способы первичной и тепловой обработки круп. Технология приготовления каши на молоке и каши на воде. Работа по технологической карте приготовление каши. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком,	УДУ: -отварить макаронные изделия; -варить кашу на воде и молоке; -отварить картофель и готовить пюре; -готовить запеканки из овощей и	№13 Приготовление каши на молоке и на воде, с маслом. Оформление готового блюда

				правила пользование электроплитой	творога;	
13		Блюда из макарон	1	Приготовление блюд из макаронных изделий. Знакомство с макаронными изделиями. Способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий Работа по технологической карте. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользование электроплитой	-оформлять готовые блюда; -сервировать стол к ужину с учётом различных меню .	№14 Приготовление макарон отварных с маслом Оформление готового блюда
14		Молоко и молочные продукты	1	Молочные продукты в рационе питания. Приготовление блюд из молока и молочных продуктов. Способы первичной и тепловой обработки молока и молочных продуктов технология приготовления запеканки. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользование электроплитой		№15 Приготовление запеканки из творога. Оформление готового блюда
<b>Раздел «Семья»2 часа</b>						
15		Семья	1	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. Правила поведения в семье;	Учащиеся должны иметь представление о -понятии «семья»; -составе семьи; -распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. УДЗ: -состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников; -место работы и должность родителей; -правила поведения в семье;	№16 Рассказ о своей семье Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей в семье
<b>Раздел «Культура поведения» 2 часа</b>						
16		Поведение в общественных местах	1	Поведение в общественных местах(кино, театре, музее, библиотеке) Поведение при посещении массовых мероприятий.	УДЗ: -правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях; -поведение при посещении массовых мероприятиях. УДУ -культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;	№17 Сюжетно -ролевая игра «Я в театре»



					-правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.	
<b>Раздел «Жилище» 8 часов</b>						
17		Гигиена жилья	1	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.	УДЗ: -гигиенические требования к жилому помещению; -правила организации рабочего места школьника;	№18 Организации рабочего места школьника.
18		Повседневная уборка жилья.	1	Правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки . Пылесос. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с бытовыми электроприборами.	-правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки; -санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом; -назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире.	№19 Сухая и влажная уборка помещения. Пользование пылесосом и уход за ним.
19		Цветы в доме	1	Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход)	УДУ: -производить сухую и влажную уборку помещения; -чистить ковры, книжные полки, батареи;	№20 Уход за комнатными растениями : полив, опрыскивание, пересадка
20		Чистый пол	1	Уход за полом. Средства по уходу за полом в зависимости от покрытия.	-ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства; -ухаживать за комнатными растениями.	№21 Мытьё полов С применением химические средства. Чтение инструкции.
<b>Раздел «Транспорт» 6 часов</b>						
21		Виды транспортных средств	1	Основные транспортные средства Пользование городским транспортом . Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты) Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты	УДЗ: -Основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; -виды междугороднего транспорта; -стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов);	№22 Выбор рационального маршрута до магазина «ДИКСИ», до станции
22		Пригородные поезда	1	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты	-порядок приобретения билетов и талонов и компостирование талонов.	

23		Экскурсия на Ж/Д станцию	1		<p>УДУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;</li> <li>-ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направления и зоны;</li> <li>-пользоваться кассой -</li> </ul> <p>автоматом при покупке билета на пригородные поезда.</p>	№23 Ориентировка в расписании движения поездов
<b>Раздел «Торговля» 4 часа</b>						
24		Виды специализированных магазинов и их назначение	1	Продовольственные магазины и их отделы.. Виды специализированных продовольственных магазинов. Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров. Составить план покупок к ужину, с учетом различных меню.	<p>УДЗ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основные виды продовольственных магазинов, их отделы;</li> <li>-виды специализированных продовольственных магазинов;</li> <li>--виды и стоимость различных товаров;</li> <li>-порядок приобретения товаров.</li> </ul>	Сюжетно-ролевая игра « Я покупатель» Упражнения в обращении к продавцу, кассиру
25		Экскурсия в магазин	1		<p>УДУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;</li> <li>-обращаться к продавцу, кассиру.</li> </ul>	№24 Подобрать продукты к ужину с учетом различных меню
<b>Раздел «Средства связи» 4 часа</b>						
26		Средства связи их назначение	1	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы).	<p>Учащиеся должны иметь представление о</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-назначении основных средств связи;</li> <li>-порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов.</li> </ul>	

27		Виды писем.	1	Виды писем ( закрытое, открытое, простое, заказное). Порядок отправления писем, различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конверте	Телеграмм. УДЗ: -основные средства связи; виды почтовых отправлений; -стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов; -виды телеграфных услуг. УДУ: -находить по справочнику индекс предприятий связи; -записывать адреса с индексом на конвертах;	№25 Написание адреса и индекса на почтовом конверте
28		<b>Экскурсия</b> на почту-телеграф	1	Телеграф, виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков Составление текста телеграмм	-составлять различные тексты телеграмм; -заполнить телеграммные бланки.	№26 Составление текста телеграммы, заполнение телеграфных бланков
<b>Раздел «Медицинская помощь» 6 часов</b>						
29		Медицинские учреждения	1	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение. Работники медицинских учреждений( врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптеки)	Учащиеся должны иметь представление о -назначении поликлиники, аптеки, диспансера, больницы; -порядке записи к врачу, о порядке вызова врача на дом;	
30		Виды медицинской помощи	1	Виды медицинской помощи: доврачебная., «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов медицинской помощи	-отличии медицинского обслуживания на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного. УДЗ: -виды медицинской помощи; -функции основных врачей-специалистов. УДУ: -записываться на прием врачу; -вызвать врача на дом; -приобретать лекарства в аптеке.	№27 Вызов «скорой помощи», запись на прием к врачу, вызов врача на дом
<b>Раздел «Учреждения, организации и предприятия» 2 часа</b>						
31		Дошкольные и школьные	1	Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, школа, дом детского творчества). Их	УДЗ: -виды детских учреждений и их	

		учреждения		назначение.	назначение;	
32		Экскурсия в ДДТ	1	Знакомство с ДДТ. Адрес местного дома детского творчества: какие кружки, секции в нем имеются . Правила поведения в общественных местах	-адрес местного дома детского творчества: какие кружки, секции в нем имеются УДУ: -правильно общаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.; -правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале; -соблюдать правила поведения в школе.	№29 Упражнения в обращении к работникам ДДТ
33,34		Обобщение пройденного материала. Проверочная работа	2			

### Календарно-тематический план реализации рабочей программы по ОСЖ 7 класс

№ п/п	Дата проведения урока	Тема урока	Кол-во часов	Содержание	ЗУН УДЗ (учащиеся должны знать) УДУ(учащиеся должны уметь)	Практические работы
<b>Раздел «Личная гигиена» 2 часа</b>						
1,2	02.09 04.09	Введение. Что есть внешняя красота?	2	Личная гигиена подростка. (юноши и девушки). Назначение индивидуальных предметов гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Правила смены одежды и нательного и постельного белья,	<b>Учащиеся должны иметь представление о</b> -значении правильного режима жизни и рационального питания для здоровья подростка; -назначении индивидуальных предметов личной гигиены; -необходимости гигиены одежды; УДЗ: -правила соблюдения личной гигиены	

					6 -правила смены одежды и нательного и постельного белья; -санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом;	
<b>Раздел «Торговля» 4 часа</b>						
3,4	09.09 11.09	Универсамы и универмаги.	2	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы (ассортимент некоторых отделов). Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров Порядок приобретения товаров	Учащиеся должны иметь представление -о назначении промтоварных магазинов; -о порядке приобретения товаров. УДЗ:  -ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов; -стоимость отдельных товаров. УДУ: -приобретать некоторые товары в промтоварном магазине; -подсчитывать стоимость покупок; -правильно вести себя в магазине.	№1 Упражнение в составление плана покупки
5,6	16.09 18.09	Экскурсия в промтоварный магазин	2	Правила поведения в магазине		№2 подсчитать стоимость покупки
<b>Раздел «Учреждения, организации, предприятия» 2 часа</b>						
7,8	23.09 25.09	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты данной местности.	2		УДЗ: -местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов; -назначение цехов и отделов, имеющих на предприятиях; -виды выпускаемой продукции; -названия рабочих специальностей. УДУ: -обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий.	№3 Упражнение в умении обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятий



9,10	30.09 02.10	Уборка квартиры	2	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Последовательность проведения уборки.	<p>УДЗ: -последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения; -способы и периодичность ухода за окнами; -виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон; -способы утепления окон;</p> <p>-правила ухода за мебелью в зависимости от её покрытия; -правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме;</p> <p>УДУ -убирать жилые помещения; -чистить мебель; -мыть зеркала и стекла; -утеплять окна.</p>	№4 Уборка помещения
11,12	07.10 09.10	Дезинфекция помещения	2	Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Дезинфицирующие средства, их применение.		
13,14	14.10 16.10	Подготовка квартиры к зиме, лету.	2	Подготовка квартиры к зиме, лету. Способы и периодичность ухода за окнами, виды моющих средств; способы утепления окон.		№5 Мытьё зеркал. Утепление окон
15,16	21.10 23.10	Уход за мебелью	2	Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.)		№6 Чистка мягкой мебели
17,18	06.11 11.11	Животные в доме	2	Животные в доме (кошка, собака, попугай) Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме		
<b>Раздел «Одежда» 10 часов</b>						
19,20	13.11 18.11	Ремонт разорванных мест одежды.	2	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды	УДЗ -особенности стирки цветного и белого белья; -правила пользования моющими средствами;	№7 Ремонт разорванных мест одежды, штопка
21,22	20.11 25.11	Что такое стирка?	2	Стирка хлопчатобумажного белья вручную, Особенности стирки цветного и белого белья. Правила пользования моющими средствами. Отбеливание. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке	-устройство стиральной машины и правила пользования ею; -санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды,	№8 Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажно й ткани вручную

				вручную.	стирке вручную и с помощью	
23,24	27.11 02.12	Использован	2	Устройство стиральной машины и правила пользования ею. Стирка	стиральной машины; -назначение и виды предприятий по	№9 Стирка мелких



		ие бытовой техники при стирке изделий из х/б тканей		хлопчатобумажного белья с помощью стиральной машины. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке с помощью стиральной машины	химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг; -правила подготовки вещей к сдаче в чистку. УДУ: -ремонттировать разорванные места одежды, штопать;	предметов из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины
25,26	04.12 09.12	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	2	Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Правила техники безопасности при работе с утюгом.	-гладить одежду и бельё.	№10 Утюжка постельного белья, брюк, спортивной одежды
27,28	11.12 16.12	«Экскурсия в химчистку»	2	Правила пользования «Химчисткой». Виды услуг. Правила подготовки вещей к сдаче в чистку		
<b>Раздел «Питание» 14 часов</b>						
29,30		Составные части обеда. Значение первых и вторых блюд в питании.	2	Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Третьи блюда. Виды тепловой обработки Возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими.	УДЗ: -способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов; -последовательность приготовления блюд; -возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими;	
31,32		Приготовление закусочных	2	Последовательность приготовления закусочных. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи	-санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи;	№11 Приготовление закусочных, оформление готового блюда
33,34		Приготовление первого блюда на мясном бульоне	2	Последовательность приготовления первых блюд. Способы обработки овощных, мясных продуктов. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи	-правила пользования столовыми приборами. УДУ: -готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов,	№12 Приготовление первого блюда на мясном бульоне, оформление

---

консервированных продуктов, готового блюда

					полуфабрикатов);	
35,36		Приготовление супа из рыбных консервов.	2	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи	-готовить третьи блюда; -оформлять готовые блюда; -сервировать стол к обеду.	№13 Приготовление супа из рыбных консервов, оформить готовое блюдо
37,38		Приготовление мясных блюд.	2	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи		№14 Приготовление мясных блюд оформить готовое блюдо
39,40		Приготовление третьих блюд	2	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи		№15 Приготовление третьих блюд оформить готовое блюдо
41,42		Сервировка стола.	2	Правила сервировки стола к обеду		№16 Сервировка стола к обеду
<b>Раздел «Семья» 2 часа</b>						
43,44		Школа семьи	2	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Тихие и подвижные игры	УДЗ: -различные тихие и подвижные игры. УДУ: -одевать малышей на прогулку; -объяснять детям младшего возраста правила игр с ними в тихие и подвижные игры; -помогать первоклассникам при уборке игрушек.	№17 Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста

<b>Раздел «Транспорт» 6 часов</b>						
45,46		Железнодорожный пассажирский транспорт.	2	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. Расписание движения поездов. Кассы приобретения билетов. Медпункт. Зал ожидания. Комната матери и ребенка. Справочная служба.	Учащиеся должны иметь представление о -назначении вокзалов и основных служб вокзалов (справочная, кассы, камера хранения, медпункт. Зал ожиданий, комната матери и ребенка; -порядке приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону); -порядке сдачи и получении багажа в камере хранения. УДЗ: -функции железнодорожного транспорта; -виды пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий); -примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния; -виды справочных служб; -виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа. УДУ: -ориентироваться в расписании;	№18 Упражнения по ориентированию в расписании в соответствии с выбранным маршрутом, в переводе времени
47,48		Приобретение железнодорожных билетов	2	Порядок приобретения железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону). Виды проездов: скорый, пассажирский, Виды пассажирских вагонов: общий, плацкартный, купейный, мягкий. Зависимость стоимости билета от вида вагона и дальности расстояния Примерная стоимость проезда до разных пунктов.	УДУ: -приобретать билеты в железнодорожной кассе;	Ролевые игры: обращение к работникам справочных служб вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону. Покупка и возврат билета. Обращение к проводнику при посадке
49,50		Экскурсия на железнодорожную	2	Правила безопасности в поездке.		

		станцию			-обращаться за справкой в справочное бюро вокзала центральную железнодорожную справочную по телефону.	
<b>Раздел «Экономика домашнего хозяйства» 4 часа</b>						
51,52		Деньги	2	Деньги ( монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Порядок и условия получения зарплаты, пенсии.	Учащиеся должны иметь представление о -том, какое место занимают деньги в нашей жизни;	
53,54		Бюджет семьи.	2	Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы	-порядке и условиях получения зарплаты, пенсии; -том, сколько денег можно иметь на мелкие расходы. УДЗ: -говорить ли знакомым и незнакомым о наличии денег в кармане или дома; --составные части бюджета семьи; -заработную плату членов семьи; -составлять доверенность на получение заработной платы.	№19 Упражнения по определению доходов семьи. №20 Составление доверенности на получение зарплаты
<b>Раздел «Медицинская помощь» 6 часов</b>						
55,56		. Домашняя аптечка. Лекарственные растения.	2	Домашняя аптечка. Термометр. Правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки. Самолечение его опасность для здоровья. Местные лекарственные растения Отвары, настои, настойки, чай.	Учащиеся должны иметь представление о -вреде самолечения. УДЗ: -состав домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники);	№21 Упражнения в измерении температуры тела человека №22 Заваривание травяного настоя
57,58		Первая помощь при травмах, ранах, микротрав-	2	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах. Правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм. Правила оказания	-правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки; -местные лекарственные растения; -правила обработки раны и	№23 Упражнения в наложении повязок на рану

		мах, ушибах		первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой, компресс).	наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм;	
59,60		Первая помощь при вывихах, переломах	2	Правила оказания первой медицинской помощи при вывихах, переломах. (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины)	--правила оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах (покой, компресс), при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины). УДУ -пользоваться термометром; -готовить отвары и настои из лекарственных растений; -накладывать временные шины.	№24 Упражнения в наложении повязок на поврежденную конечность
<b>Раздел «Культура поведения» 2 часа</b>						
61,62		Вы собираетесь в гости.	2	Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Правила поведения в гостях Подарки. Правила выбора и вручения подарков. Правила приема подарков.	УДЗ: -правила поведения при встрече и расставании; -правила поведения в гостях; -правила вручения подарков. УДУ: -выбирать подходящую одежду для визита в гости; -культурно вести себя в гостях (оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т.д.) -выбирать подарки; -изготавливать простые сувениры; -вручать и принимать подарки.	№25 Изготовление несложных сувениров.
<b>Раздел «Средства связи» 4 часа</b>						
63,64		Бандероли	2	Виды бандеролей (простые, ценные, заказные) Порядок их отправления, перечень предметов, посылаемых бандеролью. Максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.	УДЗ: -перечень предметов, посылаемых бандеролью; -максимальный вес и стоимость посылаемых предметов;	№26 Заполнение бланков на отправку бандеролей.

				Упаковка. Стоимость пересылки	-виды и способы упаковки бандеролей. УДУ:	Упаковка бандеролей.
65,66		Экскурсия на почту	2	Заполнение бланков	-заполнять бланки на отправку бандеролей; -составлять опись посылаемых предметов; -упаковка бандероли.	№ 27 Составление описи посылаемых предметов
67,68		Проверочная работа.	2			

### Календарно-тематический план реализации рабочей программы по ОСЖ

#### 8 класс

№ п/п	Дата проведения урока	Тема урока	Кол-во час.	Содержание	ЗУН УДЗ(учащиеся должны знать) УДУ (учащиеся должны уметь)	Практические работы
<b>Раздел «Личная гигиена» 2 часа</b>						

1,2		Правила и приемы ухода за кожей лица с помощью косметических средств	2	Уход за кожей лица Косметические средства (лосьоны, кремы и др.)	УДЗ: -типы кожи и правила ухода за кожей лица; -виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими; УДУ: -выбирать косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года; -правильно пользоваться косметическими средствами.	№1 Упражнение в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема
<b>Раздел «Питание» 14 часов</b>						
3,4		Виды теста	2	Способы и последовательность приготовления изделий из теста .	Учащиеся должны иметь представление о -разнообразии изделий из теста, приготовленных в домашних условиях; -способах заготовки овощей и фруктов впрок.  УДЗ: -способы и последовательность приготовления изделий из теста; -способы и последовательность соления и квашения овощей; -способы варки варенья из фруктов и ягод. УДУ: -готовить изделия из разных видов теста; -оформлять эти изделия; -солить овощи, варить варенье;	
5,6		Приготовление блинов	2	Способы и последовательность приготовления изделий из теста		№2 Приготовление блинов
7,8		Технология приготовления песочного теста	2	Способы и последовательность приготовления изделий из песочного теста		№3 Приготовление печенья
9,10		Консервирование	2	Способы заготовки овощей и фруктов впрок.		
11,12		Квашение и соление овощей	2	Способы и последовательность соления и квашения капусты		№4 Квашение капусты



13,14		Консервирование плодов сахаром	2	Способы варки варенья из фруктов и ягод	-составлять меню завтрака обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания. -способы варки варенья из фруктов и ягод .	№5 Варка варенья из фруктов и ягод
15,16		Меню на день, на неделю	2	Составление меню завтрака, обеда и ужина на день, на неделю с учетом наличия продуктов и правил рационального питания.		№6 Упражнения в составлении меню
<b>Раздел «Одежда» 6 часов</b>						
17,18		Уход за одеждой	2	Правила и последовательность стирки изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях	УДЗ: -правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; -правила и последовательность утюжки изделий;	№7 Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей
19,20		Утюжка блузок, рубашек, платьев	2	Правила и последовательность утюжки блузок, рубашек, платьев	-правила пользования прачечной, виды услуг; -правила подготовки вещей к сдаче в стирку; -правила пришивания меток; -правила пользования прачечной самообслуживания.	№ 8 Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей (блузок, рубашек, платьев)
					УДУ: -стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; -утюжить блузки, рубашки, платья; -заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.	

21,22		Экскурсия в прачечную	2	Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг, прачечная самообслуживания.		№ 9 Заполнение бланков для сдачи белья в прачечную
<b>Раздел «Семья» 6 часов</b>						
23,24		Особенности развития новорожденного, правила и периодичность его кормления.	2	Уход за грудным ребенком. Правила и периодичность кормления ребенка из соски с ложки.	УДЗ: -правила и периодичность кормления ребенка из соски с ложки; -правила и периодичность купания ребенка; -правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;	
25,26		Предметы ухода за ребенком	2	санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек	-санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек; -правила ухода за грудным ребенком.	№10 Мытье детской посуды и игрушек
27,28		Купание и пеленание грудного ребенка	2	Правила и периодичность купания ребенка. Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка	УДУ: -купать, одевать, пеленать куклу; -кормить куклу с ложки и из соски; -содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки	№11 Упражнения в купании куклы Упражнения в одевании куклы и пеленании
<b>Раздел «Экономика домашнего хозяйства» 10 часов</b>						
29,30		Бюджет семьи	2	Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда обувь, культурные потребности, помощь родственникам). Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи.	УДЗ: -основные статьи расходов в семье; -правила учета расходов; -размер квартплаты; -тариф на электричество, газ; -порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг; -размер и порядок внесения платы за телефон;	№12 Упражнение в планировании расходов на день, две недели(на конкретном примере) с учетом бюджета и состава семьи

31,32		Содержание жилища	2	Содержание жилища. Порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг. Тариф на электричество, газ. Размер и порядок внесения платы за телефон	-порядок планирования крупных покупок; -стоимость одежды, обуви, мебели и др.  УДУ: -подсчитывать расходы; -планировать расходы, на две недели с учетом бюджета семьи;	№13 Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций.
33,34		Расходы на питание. Планирование крупных покупок	2	Планирование расходов на питание на день, на две недели. Планирование крупных покупок (одежда, мебель, обувь и др.)	-снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии и газа; -заполнять квитанции; -планировать крупные покупки	№14 Упражнение в планировании крупных покупок (на конкретном примере), в оказании материальной помощи родственникам.
35,36		Экскурсия в ЖКХ	2			
<b>Раздел «Культура поведения» 4 часа</b>						
37,38		Культура общения юноши и девушки	2	Культура поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.	УДЗ: -правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома; -требования к внешнему виду молодых людей. УДУ: -культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома;	

39,40		Внешний вид молодых людей	2	Внешний вид молодых людей. Выбор косметических средств, украшений, прически, одежды учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т.д.)	-выбрать косметические средства, украшения; -подобрать прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия (собрание, посещение театра, танцы, турпоход и т.д.)	
<b>Раздел «Жилище» 4 часа</b>						
41,42		Уборка кухни	2	Уборка кухни. Санитарно - гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни. Моющие средства, используемые при уборке кухни.	УДЗ: -правила и периодичность уборки кухни, санузла; -моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;	№15 Чистка раковин.
43,44		Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами	2	Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Санитарно - гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке санузла.. Моющие средства используемые при уборке санузла.	-санитарно - гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. УДУ: -мыть кафельные стены, чистить раковины; -пользоваться перчатками инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла.	№16 Мытьё кафельных стен.
<b>Раздел «Транспорт» 4 часа</b>						
45		Междугородний автотранспорт	1	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	Учащиеся должны иметь представление о -назначении междугороднего автотранспорта, речного и морского порта.	.

46		Водный транспорт	1	Водный транспорт. Основные маршруты. расписание. порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	УДЗ: -основные автобусные маршруты; -основные маршруты водного транспорта. УДУ: -пользоваться расписанием; -определять стоимость проезда; покупать билет, обращаться за справкой.	
47,48		Экскурсия на автобусную остановку	2			
<b>Раздел «Торговля» 4 часа</b>						
49,50		Специализированные магазины	2	Специализированные магазины (книжный, спортивный, и др.) Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах. Стоимость основных промышленных товаров	Учащиеся должны иметь представление о назначении специализированных магазинов. УДЗ: -ассортимент товаров в различных специализированных магазинах; -стоимость основных продовольственных и промышленных товаров. УДУ: -выбирать покупку с учетом различных условий; -подсчитывать стоимость покупок; -культурно вести себя в магазине.	№17 Упражнения в подсчете стоимости покупок
51,52		Экскурсия в специализированный магазин	2	Культура поведения в магазине.		№18 Выбор покупки с учетом различных условий: - наличие определенной суммы денег; - товары для школы.
<b>Раздел « Средства связи» 4 часа</b>						

53,54		Телефон.	2	Телефон. Пользование городским телефоном-автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарных служб при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени.	УДЗ: -правила пользования городским телефоном- автоматом и домашним телефоном; -правила пользования телефонным справочником; -номера телефонов срочного вызова (пожарной службы, аварийных служб. полиции и т.д.): -функции и виды междугородней телефонной связи;	
55,56		Междугородняя телефонная связь.	2	Порядок пользования автоматической телефонной связью. Заказ междугороднего телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.	-правила пользования автоматической телефонной связью; -тарифы на телефонные разговоры в дневное и вечернее время, выходные дни, зависимость оплаты от дальности расстояния; -порядок заказа междугороднего телефонного разговора; -порядок заказа разговора в кредит. УДУ: -объяснять причину звонка по телефону срочного вызова; --получать по телефону справки, узнать время; -культурно разговаривать по телефону.	
<b>Раздел «Медицинская помощь» 8 часов</b>						

57,58		Ожог. Отравление.	2	Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (правила обработки пораженного при ожогах участка кожи, промывание желудка при отравлении)	УДЗ: -правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (правила обработки пораженного при ожогах участка кожи, промывание желудка при отравлении), меры применяемые при обмороживании разных степеней, при солнечном и тепловых ударах); -виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.	№19 Упражнения в оказании первой помощи при ожогах
59.60		Обмороживание. Солнечный и тепловой удар.	2	Правила и приемы оказания первой при обмороживании разных степеней, при солнечном и тепловых ударах;	УДУ: -оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании; -оказывать первую помощь утопающему.	№20 Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обмороживании.
61		Первая помощь утопающему	1	Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях (утоплении)		№21 Упражнения в оказании первой помощи утопающему.
62		Глисты	1	Виды глистных заболеваний и меры их предупреждения		
63,64		Экскурсия в поликлинику	2			
<b>Раздел «Учреждения, организации и предприятия» 2 часа</b>						

65, 66		Местные органы управления	2	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция. Их назначение.	УДЗ: -куда обращаться в случае необходимой помощи; -адрес местной префектуры; -функции отдела по учету и распределению жилплощади, отдела социального обеспечения, отдела народного образования, комиссии по делам несовершеннолетних, отдел по трудоустройству.	
67,68		Обобщение пройденного. Проверочная работа	2			



## Календарно-тематический план реализации рабочей программы по ОСЖ 9 класс

№ п/п	дата	тема	Кол-во час	содержание	ЗУН УДЗ(учащиеся должны знать) УДУ(учащиеся должны уметь)	Практическая работа
<b>Раздел «Личная гигиена» 2 часа</b>						
1,2		Здоровый образ жизни	2	ЗОЖ - одно из условий успеха в жизни человека, ( Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух)	Учащиеся должны иметь представление о -необходимости поддержания физического здоровья; -современных спортивных увлечениях: фитнесе, шейпинге, бодибилдинге, бесконтактных единоборствах, ритмической гимнастике и т. д.; -вреде курения для курящих и окружающих, о социальных последствиях, к которым приводят дурные привычки. УДЗ: -о вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.	
<b>Раздел «Одежда и обувь» 6 часов</b>						
3,4		Стиль одежды. Мода.	2	Стиль одежды, мода, обновление одежды (замена мелких деталей) Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности	Учащиеся должны иметь представление о -стиле одежды и моде; -средствах выражения индивидуальности;	№1 Упражнения в умении подбирать одежду и обувь в соответствии с

					-средства выражения индивидуальности; -воздействию средств для выведения пятен на различные виды тканей.	индивидуальными особенностями, определять стиль одежды.
5,6		Выбор одежды и обуви при покупке.	2	Выбор одежды и обуви при покупке (Размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата)	УДЗ: -размеры одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата; -способы обновления одежды с помощью мелких деталей; -средства для выведения пятен в домашних условиях; -общие правила выведения жирных, фруктовых пятен, пятен от масляной краски, крови, молока, мороженого, шоколада, кофе, следов от горячего утюга и др.)	№2 Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви
7,8		Выведение мелких пятен с одежды	2	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях (средства, правила выведения). Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Способы обновления одежды с помощью мелких деталей.	УДУ: -подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размером; -определять стиль одежды; -пользоваться журналами мод; -рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности; -пользоваться журналами мод; -рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности; -выводить пятна различными способами и средствами.	№3 Выведение пятен различными способами и средствами
<b>Раздел «Жилище» 4 часа</b>						
9,10		Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	2	Рациональная расстановка мебели в квартире (с учетом размера и особенностей площади, назначения	УДЗ: -правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера и	№4 Упражнения в рациональной

				комнат, наличия мебели). Требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера	особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели); -требования к подбору занавесей, светильников и других деталей интерьера;	расстановки мебели в квартире, подборе деталей интерьера.
11,12		Сохранение жилищного фонда	2	Сохранение жилищного фонда	-правила сохранения жилищного фонда. УДУ: -расставлять мебель в квартире (на макете) -подбирать детали интерьера.	
<b>Раздел «Питание» 10 часов</b>						
13,14		Национальные блюда	2	Приготовление национальных блюд.	Учащиеся должны иметь представление о -диетическом питании УДЗ:	№5 Запись рецептов национальных блюд
15,16		Пельмени, чебуреки.	2	Способы приготовления пельменей , чебуреков.	-способы приготовления национальных блюд; -правила сервировки праздничного стола; -меню ребенка ясельного возраста.	№6 Приготовление национальных блюд: пельменей, чебуреков.
17,18		Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола	2	Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола	УДУ: -готовить национальные блюда; -сервировать праздничный стол; -готовить отдельные блюда для детей ясельного возраста; -готовить отдельные диетические блюда.	№7 Составить меню праздничного стола. Сервировать праздничный стол
19,20		Диетическое питание	2	Диетическое питание		№8 Приготовление диетических блюд
21,22		Питание детей ясельного возраста	2	Питание детей ясельного возраста		№9 Приготовление блюд для детей ясельного возраста
<b>Раздел «Семья» 4 часа</b>						

23,24		Какой она должна быть, моя будущая семья?	2	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Морально-этические нормы взаимодействия в семье.	Учащиеся должны иметь представление о - порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье; - морально-этических нормах взаимодействия в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях; - распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. УДУ: - анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.	
25,26		Российская семья.	2	Закон Российской Федерации о браке и семье. Обязанности членов семьи, связанные с заботой о детях. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.		№10 Упражнение в анализе различных семейных ситуаций
<b>Раздел «Культура поведения» 4 часа</b>						
27,28		Традиции культуры поведения в современном обществе	2	Традиции культуры поведения в современном обществе: культура поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь);	УДЗ: - культуру поведения, нормы морали и этики в современном обществе, нормы поведения с соседями по коммунальной квартире и по площадке (приветствие, взаимоуважение, взаимопомощь); - правила приема гостей (поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита)	№11 Упражнения в умении анализировать поступки людей и давать им правильную оценку
29,30		Прием гостей	2	Правила приема гостей (поведение хозяев при встрече, расставании, во время визита)	УДУ: - встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей; - анализировать поступки людей и давать им правильную оценку; - соблюдать морально – эстетические нормы в семье и обществе.	№12 Упражнения в умении планировать свои действия во время приема гостей.

<b>Раздел «Транспорт» 2 часа</b>						
31,32		Авиатранспорт.	2	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда.	Учащиеся должны иметь представление - о назначении авиатранспорта. УДЗ: -основные маршруты самолетов; -службы аэровокзала; -порядок приобретения и возврата билетов; -правила посадки в самолет. УДУ: - ориентироваться в расписании; -определять маршрут и выбирать транспортные средства.	№13 Упражнения в умении ориентироваться в расписании.
<b>Раздел «Средства связи» 2 часа</b>						
33		Денежные переводы	1	Денежные переводы Виды переводов (почтовые, телеграфные). Заполнение бланков. Стоимость отправки переводов	УДЗ: -современные виды связи; -виды денежных переводов, их стоимость.	№14 Заполнение бланков денежных переводов
34		Виды связи	1	Виды связи: пейджер, сотовая, автоответчик, факс, интернет.	УДУ: -заполнить бланки почтового и телеграфного переводов; -оформить квитанцию по оплате телефонных услуг	№15 Заполнение квитанций по оплате телеграфных услуг
<b>Раздел « Медицинская помощь» 4 часа</b>						
35,36		Инфекционные заболевания	2	Инфекционные заболевания (кишечные, воздушно-капельные инфекции), пути распространения и меры по их предупреждению	Учащиеся должны иметь представление -кишечных инфекционных заболеваниях, воздушно-капельных инфекциях, путях распространения инфекций	№16 Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист-вкладыш) к

						лекарством
37,38		Уход за больным. Листок нетрудоспособности	2	Уход за больными. Листок нетрудоспособности Условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным)	УДЗ: -меры по предупреждению инфекционных заболеваний; -правила ухода за больными; -условия освобождения от работы (по болезни ,для ухода за больным) УДУ: -одевать ,умывать, кормить больного (взрослого, ребенка); -измерять температуру; - ставить горчичники (на куклу); -перестилать постель лежащего больного.	№17 Упражнение в умении измерять температуру, ставить горчичники
<b>Раздел «Торговля» 8 часов</b>						
39,40		Рынок	2	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка. Выбор покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями	УДЗ: -отделы рынка; -цены на отдельные товары; -отличия цен на ярмарке, рынке и в магазинах; -правила сдачи вещей в скупку,	№18 Упражнение в умении выбрать покупку с учетом потребностей и возможностей.
41,42		Комиссионные магазины	2	Торговля уцененными товарами скупка вещей у населения. Правила сдачи вещей в скупку, комиссионный магазин. Правила получения денег за проданные вещи	комиссионный магазин; -правила получения денег за проданные вещи. УДУ -выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями; -вежливо обращаться к продавцу; -подсчитывать стоимость покупок	№19 Упражнения в вежливом обращении к продавцу и подсчете стоимости покупки
43,44		Ярмарка	2	Виды ярмарок, время и место их проведения		
45,46		Экскурсия на рынок	2			№20 Упражнение в нахождении отделов рынка. Знакомство с ценами на

						отдельные товары
<b>Раздел «Экономика домашнего хозяйства» 8 часов</b>						
47,48		Бюджет. Текущие расходы	2	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы (билеты в кино, театр, проезд, предметы личной гигиены, ремонт обуви одежды) Экономия в домашнем хозяйстве. Правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.)	Учащиеся должны иметь представление о -значении и характере культурных потребностей; -значении экономии в домашнем хозяйстве; -о значении кредита, страхования. УДЗ: - правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, перелицовка и реставрация вещей, экономия электроэнергии и т.д.) -виды и цели сбережений;	№21 Упражнения в подсчете расходов на удовлетворение культурных потребностей. №22 Упражнения в расчетах рационального ведения хозяйства.
49,50		Сбережения	2	Сбережения. Назначение сбережений. Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов. Виды и цели сбережений; Порядок помещения денег в сберкассу	-порядок помещения денег в сберкассу; -виды кредита, порядок его оформления; - виды страхования.	
51,52		Экскурсия в сберкассу	2			
53,54		Кредит. Государственное страхование	2	Кредит. Виды кредита, порядок его оформления. Виды страхования		№23 Упражнение в умении оценить свои возможности при оплате кредита.
<b>Раздел «Учреждения, организации, предприятия » 2 часа</b>						
55,56		Экскурсия на предприятия бытового обслуживания населения	2	Служба быта Предприятия бытового обслуживания населения, их назначения (ремонтно-бытовые мастерские, пункты и т.п.). Виды оказываемых услуг. Правила пользования услугами предприятий бытового	Учащиеся должны иметь представление о -назначении предприятий бытового обслуживания; УДЗ: -местонахождение предприятий	№24 Упражнение в умении обращаться с вопросами, просьбами к

				обслуживания. Профессии работников предприятий.	бытового обслуживания; -виды оказываемых ими услуг; -правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания; -профессии работников предприятий. УДУ: -обращаться с вопросами, просьбами к работникам предприятий бытового обслуживания.	работникам предприятий бытового обслуживания
<b>Раздел « ПрофорIENTATION и трудоустройство» 10 часов</b>						
57,58		«Где работать мне тогда, чем заниматься?»	2	Выбор профессии. Профессионально-жизненная перспектива. Учреждения и отделы по трудоустройству	УДЗ: -отвечают ли личностные данные требованиям выбранной профессии; -учреждения и отделы по трудоустройству; -местонахождение и названия предприятий, где требуется рабочие по специальностям, изучаемым в школе;	№25 Определение качеств личности необходимых для выбранной профессии
59,60		Экскурсия в отдел занятости населения.	2		-виды документов, необходимых для поступления на работу; -правила перехода на другую работу;	№26 Упражнение в умении обращаться в службу занятости для устройства на работу
61,62		Оформление на работу	2	Оформление на работу. Документы, необходимые для поступления на работу, их оформление. Правила перехода на другую работу	-перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию. УДУ: -соотносить выбранную профессию со своими возможностями; -заполнять анкету; -писать заявление, автобиографию;	№27 Упражнения в умении обращаться в отделы кадров для устройства на работу
63,64		Деловые бумаги	2	Деловые бумаги . Правила составления деловых бумаг (заявление, анкета, )	-составлять заявки на материалы, инструменты; -писать расписку, докладную	№28 Составление деловых бумаг:



					записку; -обращаться в отделы кадров учреждения для устройства на работу.	заявление, автобиографии, заполнение анкеты.
65,66		Деловые бумаги	2	Деловые бумаги . Правила составления деловых бумаг ( расписка, докладная записка, заявка).		№29 Составление деловых бумаг: заявки на материалы, инструменты, расписки, докладной записки;
67,68		Обобщение пройденного материала. Проверочная работа	2			