

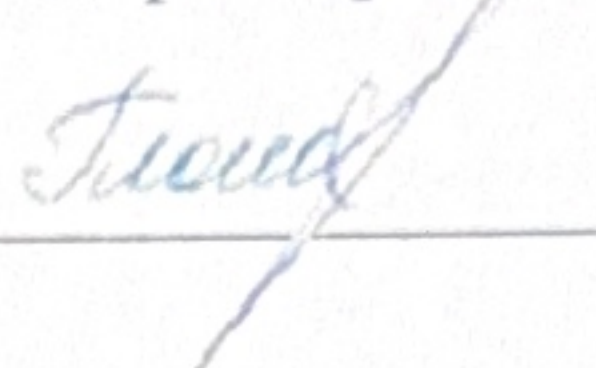
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №10 г. Татарска

ПРИНЯТО

Решением методического объединения
учителей общеучебных дисциплин
протокол от 28.08.2026 № 1

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 Глобик Т.С.

**Рабочая программа учебного предмета
«Социально бытовая ориентировка»
для основного общего образования
срок освоения программы: 5 лет
(с 5 по 9 класс)**

Составитель:
Золотухина Л.М.

2022-2027 гг.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

5 класс

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;
 - формирование у обучающихся знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества,
- социализация обучающихся;
- подготовка обучающихся к самостоятельной жизни.
- формирование и совершенствование у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны уметь прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.
- Следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.
- Писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения.
- Выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно прочитать рецепт блюда и подобрать к нему продукты питания, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, строго соблюдать правила безопасной работы с острыми предметами.
- Без напоминания взрослых самостоятельно совершать вечерний и утренний туалет в определенной последовательности, выбирать прическу и причесывать волосы, стирать вещи индивидуального пользования, беречь зрение.
- Самостоятельно различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, подбирать одежду и обувь по сезону, сушить и чистить обувь и одежду.

- Без руководства взрослых следить за своей осанкой, походкой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами.
- Знать правила хорошего тона, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками, вежливо обращаться с просьбой и вопросом к взрослым.
- Уметь писать адрес на почтовых конвертах, соблюдать порядок на рабочем месте и во всем жилом помещении.
- Знать виды общественного транспорта, соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения, различать знаки дорожного движения. о Самостоятельно выбирать необходимые продукты питания, округленно подсчитывать сумму и сдачу, культурно вести себя с работниками торговли.

6 класс

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
 - Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
 - Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
 - Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;
 - Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
 - Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
 - Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
 - Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
 - Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца.
- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ.
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани.
- Родственные отношения в семье, состав семьи, их фамилии, имена, отчества. Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье.
- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговора со сверстниками и старшими.
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия.
- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета.

- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте.
- виды медицинской помощи; функции основных врачей-специалистов; о возможном вреде самолечения.
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях.
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества.
- Правила поведения в природной среде; правила перекопки почвы и подготовки к посадке; правила высаживания рассады, луковиц, клубней цветочных культур; правила ухода за саженцами.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи.
- Закаливать свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ.
- Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки.
- Зашивать одежду по распорочному шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани.
- Записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи, выполнять правила поведения в семье. Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье.
- Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми.
- Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом.
- Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов.
- Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города.
- Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей.
- записываться на приём к врачу; вызывать скорую помощь, врача на дом; приобретать лекарства в аптеке; описывать симптомы болезни.
- Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки. о пользоваться садово-огородным инвентарём; высаживать луковицы, клубни, рассаду цветочных культур; ухаживать за саженцами; выдвигать свои идеи по улучшению экологической обстановки; пояснять своё личностное отношение к поведению людей в природной среде.

7 класс

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
 - Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
 - Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
 - Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;
 - Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.

-Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

-Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи.

- Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательность и особенность глажения одежды из разных тканей.

- Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки.

- Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков.

- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия.

- Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов.

- Назначение и различие универмага и универсама.

- Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок заказа переговоров.

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

Достаточный уровень:

-Обучающиеся должны уметь пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.

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

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

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

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

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

- Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей.

- Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка.

- Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

- Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

8 класс

Личностные результаты:

Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

-Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;

- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу,
- творческого отношения к домашнему труду;
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
- Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;
- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
- Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду.
- Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны уметь готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- Определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. о Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Достаточный уровень:

- Обучающиеся должны уметь самостоятельно и без рецепта готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.
- Самостоятельно определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- Ежедневно без напоминания взрослых правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.
- Самостоятельно и правильно стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.
- Самостоятельно аккуратно купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.
- Мыть кафельные стены, чистить раковины.
- Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.
- Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством. о Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

Личностные результаты:

- Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности;
 - Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду;
 - Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;
 - Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь;
 - Сформированность у воспитанников знаний и умений, способствующих социальной адаптации.
 - Сформированность механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации.
 - Развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью.
 - Освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков.
 - Развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности.
 - Повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
 - Воспитание позитивных качеств личности.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Обучающиеся должны знать размеры своей одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.
- Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.
- Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.
- Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- Правила поведения в обществе – правила приема гостей.
- Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приемы ухода за больным.
- Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.
- Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.
- Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

Достаточный уровень:

- Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.
- Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.

- Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.
- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.
- Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.
- Определять маршрут и выбирать транспортное средство.
- Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправлений. Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.
- Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.
- Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена и здоровье

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). *Комнатные растения.* Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

*Кухонное белье:*полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей

для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь

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

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распорвавшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Питание

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

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

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

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при

употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт

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

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

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

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

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

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

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

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

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

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

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

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

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

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

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

Семья

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

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

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

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

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

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

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

Тематическое планирование с учетом программы воспитания

Количество часов по учебному плану:

5 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

6 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

7 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

8 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

9 класс – основы социальной жизни - 68часов; в неделю – 2часа.

5класс

Тематическое планирование для 5-го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих воспитательных компонентов:

1. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.

2. Развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

3. Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися.

4. Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения.

5. Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений.

6. Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.

7. Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися.

8. Включение в урок игровых процедур.

9. Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками.

10. Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся.

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
Вводное занятие(1ч.)		
1	Введение. Знакомство с предметом	1

Личная гигиена(9ч.)		
2	Правила личной гигиены в течение дня	1
3	Практическая работа «Выполнение утреннего туалета»	1
4	Практическая работа «Чистка ушей»	1
5	Правила охраны зрения (освещение рабочего места, чтение, просмотр телевизора)	1
6	Уход за волосами (мытьё, причёска)	1
7	Практическая работа «Мытьё головы»	1
8	Практическая работа «Сушка волос с помощью фена»	1
9	Обобщение пройденного материала. Сюжетно-ролевая игра «В парикмахерской»	1
Одежда и обувь(8ч.)		
10	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	1
11	Практическая работа «Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению»	1
12	Виды обуви, их назначение.	1
13	Практическая работа «Повседневный уход за кожаной обувью»	1
14	Повседневный уход за обувью из замши, текстиля и шерсти	1
15	Уход за мокрой обувью из кожи, замши, текстиля и шерсти	1
16	Подготовка обуви к сезонному хранению	1
17	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Убираем зимние вещи на летнее хранение»	1
Питание(12 ч.)		
18	Значение продуктов питания для здоровья человека	1
19	Кухонная посуда, приборы и приспособления – назначение. Столовая посуда, приборы – назначение	1
20	Сервировка стола к завтраку	1
21	Чайная посуда. Правила заваривания чая. Техника безопасности в обращении с кипятком. Практическая работа «Заваривание чая»	1
22	Практическая работа «Приготовление открытых и закрытых	1

	бутербродов». Техника безопасности в обращении с ножом.	
23	Практическая работа «Приготовление открытых и закрытых бутербродов». Техника безопасности в обращении с ножом.	1
24	Практическая работа «Приготовление салата картофельного»	1
25	Практическая работа «Приготовление винегрета»	1
26	Практическая работа «Приготовление яичницы»	1
27	Правила мытья и чистки посуды Практическая работа «Мытье кухонной посуды»	1
28	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Сервировка стола к завтраку, мытье посуды»	1
29	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Сервировка стола к завтраку, мытье посуды»	1
Я и моя будущая семья (6ч.)		
30	Понятие о доме, семье, семейных обязанностях. Члены семьи. Семейные традиции. Уклад семьи в прошлом. Современная семья.	1
31	Практическая работа «Состав моей семьи» (Написание фамилии, имени, отчества своих родителей, других членов семьи)	1
32	Практическая работа «Состав моей семьи» (Написание фамилии, имени, отчества своих родителей, других членов семьи)	1
33	Семейные традиции. Уклад семьи в прошлом. Современная семья.	1
34	Сюжетно-ролевая игра «Семейное чаепитие»	1
35	Сюжетно-ролевая игра «Семейное чаепитие»	1
Культура поведения (8ч.)		
36	Поведение в музее, библиотеке.	1
37	Экскурсия в школьную библиотеку	1
38	Поведение в кино, театре. Сюжетно-ролевая игра «Поход в кино»	1
39	Поведение за столом. Упражнения по этикету	1

40	Поведение за столом. Упражнения по этикету	1
41	Правила приема пищи.	1
42	Обобщение пройденного материала. Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	1
43	Обобщение пройденного материала. Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	1
Жилище (12ч.)		
44	Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений)	1
45	Виды жилых помещений в городе и деревне. Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений)	1
46	Почтовый адрес дома, школы.	1
47	Практическая работа «Написание адреса школы или дома на почтовой открытке»	1
48	Практическая работа «Написание адреса школы или дома на почтовой открытке»	1
49	Гигиенические требования к жилому помещению	1
50	Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки детской комнаты	1
51	Правила вытирания пыли. Правила подметания пола	1
52	Практическая работа «Вытирание пыли в спальном комнате»	1
53	Практическая работа «Подметание пола в игровой комнате»	1
54	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Ежедневная уборка в моей комнате»	1
55	Обобщение пройденного материала. Практическая работа «Ежедневная уборка в моей комнате»	1
Транспорт(6ч.)		
56	Виды городского и пригородного транспорта. Правила передвижения на велосипеде.	1
57	Правила поведения в транспорте и на улице.	1
58	Изучение правил ПДД с помощью интерактивной компьютерной игры («По дороге со Смешариками»)	1
59	Изучение правил ПДД с помощью интерактивной компьютерной игры («По дороге со Смешариками»)	1

60	Практическое занятие – поездка в пригородном автобусе	1
61	Практическое занятие – поездка в пригородном автобусе	1
Торговля(6ч.)		
62	Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	1
63	Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товаров	1
64	Сюжетно-ролевая игра « Порядок приобретения товара в продовольственном магазине»	1
65	Сюжетно-ролевая игра « Порядок приобретения товара в продовольственном магазине»	1
66	Экскурсия в продовольственный магазин	1
67	Экскурсия в продовольственный магазин	1
68	Обобщающий урок	1

6класс

Тематическое планирование для 6-го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих воспитательных компонентов:

1. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.

2. Развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

3. Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися.

4. Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения.

5. Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений.

6. Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.

7. Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися.

8. Включение в урок игровых процедур.

9. Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками.

10. Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся.

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
	Личная гигиена (4ч)	
1	Закаливание организма	1
2	Уход за руками	1
3	Сюжетно-ролевая игра «В маникюрном салоне»	1
4	Ноги тоже требуют ухода	1
	Одежда и обувь (10ч)	
5	Ремонт одежды.	1
6	Правила безопасной работы	1
7	Практическая работа: «Пришивание пуговиц со сквозными отверстиями»	1
8	Практическая работа: «Выполнение ремонта одежды по распоровшемуся шву»	1
9	Практическая работа: «Пришивание вешалки к пальто»	1
10	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей	1
11	Практическая работа: «Стирка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную»	1
12	Практическая работа: «Стирка изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей вручную»	1
13	Сюжетно-ролевая игра «Ателье по срочному ремонту одежды»	1
14	Сюжетно-ролевая игра «Ателье по срочному ремонту одежды»	1
	Питание (14ч)	
15	Режим питания	1
16	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с режущими инструментами и кипятком	1

17	Правила пользования электрической и газовой плитой	1
18	Меню ужина	1
19	Сервировка стола к ужину	1
20	Правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него	1
21	Ах, эта каша!	1
22	Практическая работа «Приготовление манной каши»	1
23	Практическая работа «Приготовление отварного картофеля»	1
24	Практическая работа «Приготовление картофельного пюре»	1
25	Практическая работа «Приготовление отварных макарон»	1
26	Практическая работа «Приготовление гречневой каши»	1
27	Практическая работа «Приготовление запеканки творожной»	1
28	Практическая работа «Генеральная уборка кухни»	1
	Я и моя будущая семья (4ч)	
29	Состав семьи	1
30	Счастливая семья	1
31	Сюжетно-ролевая игра «Семейный ужин»	1
32	Сюжетно-ролевая игра «Семейный ужин»	1
	Культура поведения (6ч)	
33	Как вести себя в общественных местах	1
34	Сюжетно-ролевая игра «В театре»	1
35	Сюжетно-ролевая игра «В театре»	1
36	Правила поведения в местах общественного питания	1
37	Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	1
38	Сюжетно-ролевая игра «В кафе»	1
	Жилище (10ч)	
39	Ваш дом	1
40	Уборка квартиры	1
41	Практическая работа «Ежедневная уборка квартиры»	1
42	Уход за полом	1
43	Пылесос – помощник в доме	1
44	Практическая работа «Изучение устройства пылесоса»	
45	Практическая работа «Наведение чистоты в доме с помощью пылесоса»	1
46	Практическая работа «Наведение чистоты в доме с помощью пылесоса»	1
47	Детские учреждения	1
	Транспорт (3ч)	
48	Транспорт – наш помощник	1
49	Экскурсия на улицу с целью наблюдения за общественным транспортом	1
50	Экскурсия на улицу с целью наблюдения за общественным транспортом	1
	Торговля (5ч)	
51	Продовольственные магазины	1
52	Экскурсия в продовольственный магазин	1
53	Экскурсия в продовольственный магазин	1
54	Сюжетно-ролевая игра «В продовольственном магазине»	1
55	Сюжетно-ролевая игра «В продовольственном магазине»	1
	Средства связи (6ч)	
56	Основные средства связи	1

57	Практическая работа «Заполнение телеграфных бланков»	1
58	Практическая работа «Заполнение почтовых бланков для отправления посылок»	1
59	Практическая работа «Заполнение почтовых бланков для отправления посылок»	1
60	Экскурсия на ближайшее почтовое отделение	1
61	Экскурсия на ближайшее почтовое отделение	1
	Медицинская помощь (4ч)	
62	Медицинские учреждения	1
63	Виды медицинской помощи	1
64	Экскурсия в поликлинику	1
65	Экскурсия в поликлинику	1
66	Обобщающий урок. Тестирование	1

7класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
Личная гигиена(4ч.)		
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1
2	Входной контроль.	1
3	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1
4	Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой. Гигиена одежды, нательного и постельного белья	1
Одежда и обувь(7ч.)		
5	Мелкий ремонт одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Техника безопасности при работе с иглой и ножницами	1
6	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Стирка белья с помощью стиральной машины	1
7	Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих средств.	1
8	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Инструктаж по технике безопасности при работе с электрическим утюгом	1
9	Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
10	Виртуальная экскурсия в химчистку	1
11	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	1
Семья(5ч.)		
12	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми	1
13	Практическая работа Разучивание тихих и подвижных игр. Проведение игр с детьми младшего возраста	1
14	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.	1

15	Повторение изученного материала по разделам « Одежда и обувь», « Семья»	1
16	Контрольная работа за 1 четверть.	1
Транспорт (5ч.)		
17	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов	1
18	Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1
19	Экскурсия в железнодорожную кассу г. Шелехова. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
20	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Виды пассажирских вагонов.	1
21	Расписание поездов. Билет. Приобретение железнодорожных билетов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Камера хранения багажа.	1
Культура поведения (4ч.)		
22	Правила приема приглашения в гости. Практическая работа Оформление приглашения на день рождения.	1
23	Подготовка к походу в гости. Правила поведения в гостях.	1
24	Подарки. Правила поведения при вручении и принятии подарка	1
25	Практическая работа Подарки. Изготовление несложных сувениров.	1
Средства связи (6ч.)		
26	Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	1
27	Практическая работа. Заполнение бланков отправления бандеролей	1
28	Экскурсия в почтовое отделение. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
29	Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	1
30	Виртуальная экскурсия на почту.	1
31	Контрольная работа за 2 четверть.	1
Жилище(6ч.)		
32	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры, дома к зиме, к лету	1
33	Практическая работа. Уборка комнаты. Мытье зеркал. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами	1
34	Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
35	Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др.)	1
36	Практическая работа: Уход за мебелью. Инструктаж по технике безопасности с моющими средствами	1
37	Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при нахождении животных в доме.	1
Питание (11ч.)		
38	Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда	1
39	Инструктаж по технике безопасности с электроприборами. Техника	1

	безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты первых блюд. Щи из свежей капусты.	
40	Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью. Рецепты вторых блюд. Овощное рагу.	1
41	Использование механических и электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Техника безопасности при работе с электроприборами	1
42	Рецепты вторых блюд из рыбных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	1
43	Рецепты вторых блюд из мясных продуктов. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом.	1
44	Рецепты третьих блюд. Инструктаж по технике безопасности при работе с электроприборами. Техника безопасности при работе с ножом	1
45	Оформление готовых блюд.	1
46	Сервировка стола к обеду	1
47	Виды питания. Значение первых и вторых блюд. Третьи блюда	1
48	Ужин. Сервировка стола к ужину.	1
Торговля(5ч.)		
49	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов	
50	Специализированные магазины. Виды товаров, их стоимость.	1
51	Стоимость товаров. Порядок приобретения товаров.	1
52	Виртуальная экскурсия в промтоварный магазин. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
53	Контрольная работа за 3 четверть.	1
Медицинская помощь(4ч.)		
54	Домашняя аптечка. Термометр	1
55	Лекарственные растения. О вреде самолечения	1
56	Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, ушибах, переломах.	1
57	Практическая работа. Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность	1
Учреждения и организации(3ч.)		
58	Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты Шелеховского района.	1
59	Виды выпускаемой продукции. Название рабочих специальностей.	1
60	Виртуальная экскурсия на промышленное предприятие.	1
Повторение и контроль изученного материала(8ч.)		
61	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена», «Одежда и обувь»	1

62	Повторение изученного материала по разделу «Семья»,	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»,	1
65	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения», «Средства связи»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Жилище», «Питание»	1
67	Повторение изученного материала по разделу «Торговля», «Учреждение и организации»	1
68	Итоговая промежуточная аттестация.	1

8класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
Личная гигиена(4ч.)		
1	Личная гигиена. Её значение для здоровья человека.	1
2	Входной контроль.	1
3	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы) Приемы ухода за кожей лица. Типы кожи	1
4	Уход за кожей лица. Использование лосьона, нанесение крема.	1
Одежда и обувь(6ч.)		
5	Шерстяные и синтетические ткани. Стирка изделий в домашних условиях	1
6	Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Инструктаж по технике безопасности при использовании стирального порошка.	1
7	Прачечная. Виды услуг. Правила пользования. Прачечная самообслуживания. Заполнение бланков для сдачи белья. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку	1
8	Утюжка блузок рубашек, платьев. Инструктаж по технике безопасности работы с утюгом	1
9	Виртуальная экскурсия в прачечную	1
10	Проверочная работа по разделу «Одежда и обувь»	1
Семья(6ч.)		
11	Грудной ребенок в семье. Уход за грудным ребёнком.	1
	Одевание и пеленание ребенка	
12	Практическая работа. Одевание и пеленание ребенка	1
13	Купания грудного ребенка	1
14	Практическая работа. Правила купания ребенка	1
15	Кормление грудного ребенка. Правила содержания детской посуды и игрушек	
16	Контрольная работа за 1 четверть.	1
Транспорт (3ч.)		
17	Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.	1

	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	
18	Водный транспорт. Порт. Основные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда	1
19	Виртуальная экскурсия на автобусную станцию.	1
Культура поведения (2ч.)		
20	Культура общения юноши и девушки.	1
21	Внешний вид.	1
Средства связи (2ч.)		
22	Телефон. Телефонный справочник	1
23	Культура разговора по телефону. Вызов полиции, пожарной команды, скорой помощи.	1
Жилище (3ч)		
24	Моющие средства для уборки. Печатные инструкции к моющим средствам. Уборка кухни, санузла, ванны.	1
25	Чистка раковин Инструктаж по технике безопасности при использовании чистящих средств	1
26	Уборка кухни. Инструктаж по технике безопасности при использовании моющих и чистящих средств	1
Питание (9ч.)		
27	Виды теста	1
28	Тесто пресное. Приготовление теста для блинов Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
29	Тесто дрожжевое. Приготовление дрожжевого теста. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
30	Приготовление пиццы. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Техника безопасности при работе с ножом.	1
31	Контрольная работа за 2 четверть.	1
32	Песочное тесто. Практическая работа Выпечка печенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой.	1
33	Заготовка продуктов впрок. Квашение, соление овощей, варенье	1
34	Квашение капусты. Техника безопасности при работе с ножом	1
35	Варка варенья. Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой. Инструктаж при работе с горячей посудой с жидкостью	1
Торговля(3ч.)		
36	Специализированные магазины	1
37	Стоимость основных промышленных товаров. Практическая работа. Упражнения в подсчёте стоимости покупок	1
38	Экскурсия в один из специализированных магазинов. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
Медицинская помощь(5ч.)		
39	Ожоги. Первая помощь при ожогах.	1
40	Первая помощь при обмороживании	1
41	Отравления. Первая помощь при отравлениях.	1

42	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. Первая помощь утопающему	1
43	Глистные заболевания и меры их предупреждения	1
Учреждения и организации(2ч.)		
44	Департамент. Муниципалитет, префектура. Их назначение.	1
45	Виртуальная экскурсия в одну из организаций.	1
Экономика домашнего хозяйства (8 ч)		
46	Бюджет семьи.	1
47	Доходы и расходы	1
48	Основные статьи расходов семьи.	1
49	Планирование расходов. Правила экономии	
50	Снятие показателей счетчика, расчет стоимости израсходованной энергии. Оплата коммунальных услуг через сбербанк онлайн	1
51	Упражнения в планировании крупных покупок	
52	Повторительно-обобщающий урок.	1
53	Контрольная работа за 3 четверть.	1
Повторение и контроль изученного материала(8ч.)		
54	Повторение изученного материала по разделу «Личная гигиена»,	1
55	Повторение изученного материала по разделу «Одежда и обувь»	1
56	Повторение изученного материала по разделу « Семья»,	1
57	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	1
58	Повторение изученного материала по разделу «Транспорт»,	1
59	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»,	1
60	Повторение изученного материала по разделу « Средства связи»	1
61	Повторение изученного материала по разделу «Жилище»,	1
62	Повторение изученного материала по разделу	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Торговля»,	1
65	Повторение изученного материала по разделу « Учреждение и организации»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства»	1
67	Итоговая промежуточная аттестация.	1
68	Обобщающий урок.	1

9класс

№ урока	Тема урока (раздела)	Кол-во часов
Личная гигиена(3ч.)		
1	Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1
2	Входной контроль.	1
3	Средства и способы укрепления здоровья. Значение физических	1
	упражнений: в здоровом теле – здоровый дух.	
Одежда и обувь(5ч.)		
4	Стиль одежды. Мода. Обновление одежды.	1
5	Выбор одежды и обуви при покупке.	1
6	Практическая работа. Определение своего размера.	1
7	Правила и способы выведение мелких пятен на одежде в домашних условиях. Техника безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	1
8	Проверочная работа по разделу « Одежда и обувь»	1
Семья(3ч.)		
9	Российская семья. Условия для создания семьи.	1
10	Закон Российской Федерации о браке и семье	1
11	Семейные отношения. Семейные традиции	1
Транспорт (5 ч)		
12	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	1
13	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	1
14	Авиатранспорт. Назначение авиатранспорта. Аэровокзал	1
15	Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Регистрация рейсов.	
16	Контрольная работа за 1 четверть.	1
Культура поведения (4ч.)		
17	Поведение в обществе. Взаимоотношения с соседями.Правила общежития.	1
18	Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми	1
19	Культура общения юноши и девушки.	1
20	Внешний вид.	1
Средства связи (3ч.)		
21	Виды связи: сотовая, автоответчик, компьютерная, факс, интернет, телефон с определителем. Особенности каждого вида связи и их значимость. Необходимость в современных условиях жизни общества.	1
22	Виды денежных переводов. Стоимость отправки	1
23	Заполнение бланков денежных переводов	1

Жилище(3ч.)		
24	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	1
25	Сохранение жилищного фонда	1
26	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер	1
Питание (8 ч.)		
27	Диетическое питание. Рецепты приготовления диетических блюд.	1
28	Приготовление диетического блюда Инструктаж по технике безопасности с электрической плитой	1
29	Питание детей ясельного возраста	1
30	Приготовление блюда для детей ясельного возраста	1
31	Контрольная работа за 2 четверть.	1
32	Национальные блюда	1
33	Приготовление национальных блюд	1
34	Меню праздничного стола. Сервировка праздничного стола	1
Торговля(3ч.)		
35	Виды ярмарок: ярмарки-привозы, ярмарки-выставки, ярмарки образцов. Значение ярмарок	1
36	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания, продовольственными товарами и реализации сельскохозяйственных продуктов. Отделы рынка, цена на отдельные товары. Проверочный тест	1
37	Виртуальная экскурсия на рынок. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий.	1
Медицинская помощь(5ч.)		
38	Инфекционные заболевания. Меры по предупреждению инфекционных заболеваний	1
39	Уход за больным.	1
40	Сюжетная игра – «Больной в доме».	1
41	Применение лекарства. Чтение инструкций	1
42	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1
Учреждения и организации(3ч.)		
43	Предприятия бытового обслуживания населения. Их назначение	1
44	Виды услуг	1
45	Виртуальная экскурсия. Деятельность предприятия. Инструктаж по технике безопасности во время экскурсий	1
Экономика домашнего хозяйства(8ч.)		
46	Бюджет семьи. Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы	1
47	Экономия в домашнем хозяйстве	1
48	Сбербанк. Кредит.	1

49	Государственное страхование.	
50	Сбережения. Назначение сбережений.	1
51	Хранение денег в сберегательной кассе. Виды вкладов.	
52	Повторение изученного материала.	1
53	Контрольная работа за 3 четверть.	1
Профориентация и трудоустройство (15 ч)		
54	Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива	1
55	Учреждения и отделы по трудоустройству	1
56	Оформление на работу. Документы, необходимые для оформления на работу	1
57	Собеседование. Оформление на работу	1
58	Деловые бумаги (заявление, анкета, расписка), правила их составления.	1
59	Практическая работа «Написание заявлений о зачислении в учебное заведение, об увольнении».	1
60	Выбор профессии. Профессиональная жизненная перспектива	1
61	Повторение изученного материала по разделу «Семья»,	1
62	Повторение изученного материала по разделу «Медицинская помощь»	1
63	Повторение изученного материала по разделу «Питание»	1
64	Повторение изученного материала по разделу «Торговля», «Учреждение и организации»	1
65	Повторение изученного материала по разделу «Культура поведения»	1
66	Повторение изученного материала по разделу «Экономика домашнего хозяйства»	1
67	Итоговая промежуточная аттестация.	1
68	Обобщающий урок.	1