

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов»

Рассмотрена и принята  
на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 1  
от 28 августа 2020 г.

Утверждаю:  
Директор МАОУ СШ 2  
Г.В. Иглина  
Приказ № 47/4 от 31.08.2020г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предметная область	Человек и общество
Учебный предмет	Основы социальной жизни
Класс	5 - 9

## Пояснительная записка

Рабочая программа «Основы социальной жизни» предназначена для обучающихся 5-9 классов с лёгкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

Особенностью учебной программы является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Специальные коррекционные занятия направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся.

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

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

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

### **Общая характеристика учебного предмета**

Курс «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышения уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение с 5 по 9 класс, за исключением раздела «Экономика домашнего хозяйства», который изучается с 8 класса.

Курс «Основы социальной жизни» тесно связан с уроками русского языка (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ), математики (математический расчет по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных средств и т.п.), географии (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий), биологии (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления), трудового обучения (выполнение практических заданий по уходу за одеждой).

Обучение носит коррекционную и практическую направленность, что определяется содержанием и структурой учебного предмета.

При изучении курса «Основы социальной жизни» используется разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, и индивидуальных особенностей учеников.

***Методы обучения:***

Словесные методы (рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником).

Наглядные методы (самостоятельное наблюдение, метод иллюстрации, метод демонстрации, ИКТ).

Практические методы (практическая работа, упражнения, работа с деформированным текстом, тесты).

***Формы работы:*** урок, индивидуальная работа, работа в парах, коллективная работа.

***Технологии обучения:*** личностно – ориентированные, технологии разноуровневого и дифференцированного обучения, информационно-коммуникационные, здоровьесберегающие, игровые.

**Приемы обучения:** осуществление индивидуального и дифференцированного подхода с учетом возрастных особенностей, уровнем развития, интеллектуальных возможностей.

**Виды деятельности:**

- устное и письменное выполнение тестовых заданий; - выполнение практических работ и упражнений;
- работа, направленная на формирование умения слушать и повторять рассуждения учителя;
- развёрнутые объяснения при выполнении технологических заданий, что содействует развитию речи и мышления, приучают к сознательному выполнению задания, к самоконтролю;
- самостоятельные работы, которые способствуют воспитанию прочных знаний и умений;
- индивидуальные занятия;
- самостоятельная работа с учебником.

**Описание места учебного предмета в учебном плане**

Предмет «**Основы социальной жизни**» входит в обязательную часть предметной области «Человек и общество».

Количество учебных часов распределяется:

- 5 класс 35 часов в год (1 часа в неделю);
- 6 класс 35 часов в год (1 часа в неделю);
- 7 класс 70 часов в год (2 часа в неделю);
- 8 класс 70 часов в год (2 часа в неделю);
- 9 класс 68 часов в год (2 часа в неделю);

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

*Ценностные ориентиры содержания учебного предмета:*

В результате обучения обучающиеся овладеют:  
навыками использования распространенных ручных инструментов и приборов,  
уважительным отношением к труду и результатам труда,  
развитием основных мыслительных операций,  
развитием наглядно-образного и словесно-логического мышления,  
коррекцией нарушений эмоционально-личностной сферы,  
обогащением словарного запаса.

**Личностные результаты:**

- принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах;
- развитие мотивации к изучению предмета;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

### **Регулятивные:**

Учиться работать по предложенному учителем плану.

Учиться отличать правильно выполненное задание от неверного.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

### **Познавательные учебные действия:**

Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

### **Коммуникативные учебные действия:**

Уметь оформить свою мысль в устной и письменной форме (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Уметь слушать и понимать высказывания собеседников.

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и на уроках и следовать им.

Учиться согласованно, работать в группе.

Уметь выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя).

### **Предметные результаты:**

- действие моделирования и планирования, которые являются непосредственным предметом усвоения в ходе выполнения различных заданий по курсу;

- умение осуществлять анализ, действовать во внутреннем умственном плане;

- развитие знаково-символического и пространственного мышления, творческого и репродуктивного воображения на основе развития способности учащегося к моделированию и отображению объекта и процесса его преобразования в форме моделей (рисунков, планов, схем, чертежей);

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни, умений планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- усвоение главных понятий курса профессионально-трудового обучения;

- формирование позитивного отношения к труду;

- овладение учебными действиями и умение использовать приобретенные знания для решения познавательных, практических и коммуникативных задач.

### **Требования к уровню предметных результатов**

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) Организация может перевести обучающегося на обучение по индивидуальному плану или на АООП.

### **Минимальный уровень:**

-представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

### **Достаточный уровень:**

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## ***Питание***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

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

*Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соленье, 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.

## **Содержание программы учебного предмета (по классам)**

### **5 класс**

1. Вводное занятие.
2. Личная гигиена. Правила личной гигиены. Уход за волосами. Гигиена зрения. Вредные привычки.
3. Жилище. Виды жилых помещений. Гигиенические требования к жилому помещению. Почтовый адрес дома и школы.
4. Питание. Основные продукты питания. Место приготовления пищи. Правила техники безопасности при работе на кухне. Режим питания. Значение овощей в питании. Приготовление салатов. Горячие и холодные напитки. Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки.

Приготовление бутербродов. Правила сервировки стола. Правила и приемы ухода за посудой. Приготовление овощной окрошки.

5. Одежда и обувь. Виды и назначение одежды, обуви, головных уборов. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой.

6. Семья. Родственные отношения. Состав семьи.

7. Культура поведения. Значение правильной осанки. Правила поведения за столом. Формы обращения к старшим и сверстникам.

8. Транспорт. Виды транспортных средств. Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения.

9. Торговля. Виды торговых предприятий. Продуктовые магазины. Порядок приобретения товаров. Виды товаров: фасованные и в развес.

## **6 класс**

1. Личная гигиена. Правила и приемы ухода за органами зрения. Гигиена чтения, письма. Губительное влияние наркотиков и токсических веществ. Вред курения, алкоголя.

2. Жилище. Виды жилых помещений в городе и деревне. Варианты жилья. Виды мебели. Уход за мебелью в зависимости от покрытия.

3. Питание. Разнообразие продуктов питания, их значение. Наблюдение за выбором товаров в магазине. Значение овощей в питании. Способы нарезки овощей. Приготовление простейших блюд из овощей. Приготовление картофеля отварного. Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов. Значение витаминов в питании человека. Крупы и их пищевая ценность. Разнообразие блюд из круп. Блюда из яиц, их разнообразие. Приготовление вареных яиц, украшения из них.

4. Одежда и обувь. Значение опрятного вида человека. Мелкий ремонт одежды. Правила и приемы ручной стирки изделий из хлопка. Машинная стирка. Глажение одежды. ВТО одежды.

5. Торговля. Магазины промышленных товаров их назначение. Отделы магазинов. Специализированные магазины промтоваров. Порядок приобретения товаров. Оплата за товар, хранение чека. Обмен товара.

6. Семья. Родственные отношения в семье. Место работы членов семьи, занимаемая должность. Права и обязанности членов семьи. Распределение хозяйственно- бытовых обязанностей в семье.

7. Культура поведения. Правила поведения в общественных местах. Сюжетная игра «Поведение в театре». Способы ведения разговора со сверстниками. Способы ведения разговора со старшими.

8. Транспорт. Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Наиболее рациональные маршруты. Передвижение от дома до школы.

9. Учреждения и организации. Дошкольные учреждения, школа, детская школа искусств, колледжи, техникумы.

10. Средства связи. Основные средства связи. Их назначение. Почта. Виды почтовых отправок. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Виды телеграмм. Тарифы.

11. Медицинская помощь. Виды медицинской помощи. Виды врачебной помощи. Виды медицинских учреждений. Работники медицинских

учреждений. Профилактика глистных заболеваний. Подбор лекарственных противоглистных средств.

### **7 класс**

**Личная гигиена** Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

**Практические работы** Мытье тела и волос под присмотром взрослых; подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния (жирные, сухие, нормальные).

**Одежда и обувь** Значение продления срока служения одежды. Виды штопки, наложение заплат. Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка в ручную. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.

**Практические работы** Ремонт одежды: штопка и наложение заплат; стирка мелких изделий из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины, соблюдая правила безопасности в работе. Стирка изделий из шелка - в ручную; экскурсия в прачечную, знакомство со стоимостью услуг; прейскурантом на определенные виды стирки.

**Питание** Виды питания. Значение первых, вторых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.

**Практические работы** Знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами; чтение рецептов и подбор продуктов; приготовление щей из свежей капусты; приготовление киселя, компота; соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.

**Семья** Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми - умывание, одевание, обувание, причесывание; - в соблюдении чистоты и порядка в школе, дома.

**Практические работы** Оказание помощи первокласснику в одевании на прогулку; разучивание с ними тихих и подвижных игр; проведение игр с младшими школьниками.

**Бюджет** Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.

**Практические работы** Упражнения по определению доходов семьи. Составление доверенности на получение зарплаты.

**Культура поведения** Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Подготовка к походу в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа); подарки.

**Практические работы** Изготовление несложных сувениров; сюжетная игра «В гости к...».

**Жилище** Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уход за полом, в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

**Практические работы** Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним; мытье полов.

**Транспорт** Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.

**Практические работы, экскурсии** Определить пункт назначения. Выбрать вид поезда (пассажирский, скорый) и типы вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Уточнить стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона, выяснить свои возможности. Экскурсия на железнодорожный вокзал.

**Торговля** Универмаги и универсамы, их назначение. Сельмаг и сельпо. Их назначение. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия; примерка одежды, обуви, головного убора; оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии. Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.

**Практические работы** Экскурсия в универсам - самостоятельное нахождение указанного отдела для покупки указанного товара и по собственному желанию

**Средства связи** Почта: виды бандеролей (простая, заказная ценная, с уведомлением), порядок их отправления; упаковка, стоимость пересылки; посылки, виды упаковок, правила отправления, стоимость отправления; посылки, бандероли, отправляемые наложенным платежом.

**Практическая работа, экскурсии** Экскурсия на почту-телеграф: заполнение бланков на отправку бандероли, посылки; упаковка бандероли, посылки; определение стоимости отправки простых и ценных посылок.

**Медицинская помощь** Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы укусы насекомыми и др.) Лекарственные растения в домашней аптечке. Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны. Меры по предупреждению переломов.

**Практические работы** Экскурсия в травм пункт, наблюдения за накладыванием гипса при переломах.

**Учреждения, организации и предприятия** Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.

**Практические работы** Экскурсия на ближайшее промышленное или сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями.

**8 класс**



**Личная гигиена.** Значение здоровья для жизни человека. Правила личной гигиены. Уход за кожей лица. Определение типа кожи. Косметические средства. Правила ухода за кожей ног. Средства для ухода за кожей ног.

**Жилище.** Гигиенические требования к жилому помещению. Уборка кухни, санузла. Уход за мебелью и коврами. Средства по уходу за мебелью и коврами. Санитарно – гигиенические требования Правила т/б при работе с моющими средствами.

**Питание.** Значение овощей в питании. Витамины. Разнообразие блюд из овощей. Заготовка овощей впрок. Подбор рецептов. Заготовка фруктов впрок. Подбор рецептов. Виды теста: дрожжевое, пресное. Правила приготовления пресного теста. Приготовление хвороста. Приготовление изделий из пресного теста. Приготовление лапши. Приготовление изделий из теста. Приготовление печени.

**Одежда и обувь.** Особенности ухода за одеждой из шерсти. Утюжка изделий из шерсти. Уход за одеждой из синтетики. Утюжка изделий из синтетики. Химчистка, правила пользования. Правила подготовки вещей в чистку.

**Культура поведения.** Культура общения юноши и девушки. Правила поведения в общественных местах и дома. Внешний вид молодых людей. Требования к внешнему виду.

**Транспорт.** Водный транспорт. Правила безопасной поездки на транспорте. Междугородный автотранспорт. Автовокзал, назначение. Службы вокзала. Порядок приобретения билетов. Умение обращаться за справкой.

**Семья.** Уход за грудным ребенком. Правила кормления и купания. Пеленание и одевание ребенка. Правила ухода за посудой и постелью.

**Экономика домашнего хозяйства.** Бюджет семьи. Источники доходов, основные статьи расходов. Семейная экономика. Правила экономии. Сбережения. Назначение сбережений. Виды вкладов в Сбербанк.

**Учреждения и организации.** Департамент, муниципалитет, префектура, милиция. Их назначение. Торговля. Рынки, их отличие от магазина. Виды рынков (продуктовые, вещевые, открытые и др.)

**Средства связи.** Виды телефонной связи. Междугородняя телефонная связь. Культура разговора по телефону. Вызов основных служб.

**Медицинская помощь.** ПМП при несчастном случае (ожог) Первая помощь утопающему. Травмы в быту. Предупреждение несчастных случаев в быту.

## **9 класс**

**Одежда и обувь.** Стиль одежды, мода. Обновление одежды (замена мелких деталей). Выбор одежды и обуви при покупке. Определение размера одежды и обуви. Средства и правила выведения пятен. Правила т/б при пользовании средствами. Правила стирки изделий из тюля. Моющие средства.

**Жилище.** Назначение мебели в квартире. Расстановка мебели. Интерьер. Сохранение жилищного фонда. Правила сохранения жилищного фонда.

**Культура поведения.** Адекватность поведения в обществе. Прием гостей и правила хорошего тона.

**Питание.** Диетическое питание. Первые блюда для диетического питания. Приготовление супов. Вторые блюда для диетического питания. Приготовление блюд из овощей. Третьи блюда для диетического питания. Приготовление третьих блюд. Приготовление национальных блюд. Питание детей ясельного возраста. Особенности и важность правильного питания. Составление меню на день. Составление меню на неделю. Подбор рецептов, работа с литературой. Приготовление овощных блюд для малышей. Приготовление блюд из круп. Приготовление напитков.

**Семья.** Российская семья, условия создания. Семейные традиции. Распределение обязанностей в семье. Формы организации досуга.

**Торговля.** Значение ярмарок. Виды ярмарок. Отличие ярмарки от рынка, магазина. Цены и их отличия.

**Транспорт.** Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты.

**Медицина.** Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению. Уход за больным, правила и приемы. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.

**Средства связи.** Виды денежных переводов. Стоимость отправления, заполнение бланков. Виды связи Междугородняя связь.

**Учреждения и организации.** Предприятия бытового обслуживания. Назначение предприятий бытового обслуживания.

**Трудоустройство.** Учреждения и отделы по трудоустройству. Комиссия по трудоустройству молодежи. Оформление на работу. Документы и их оформление. Деловые бумаги. Правила составления деловых бумаг.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Значение предмета СБО.	1
	Личная гигиена	
2	Правила личной гигиены и ее значение для здоровья.	1
3	Уход за волосами. Типы волос.	1
4	Правила охраны зрения. Значение зрения.	1
5	Вредные привычки	1
	Жилище	
6	Виды жилых помещений в городе и деревне.	1
7	Гигиенические требования к жилому помещению.	1
8	Почтовый адрес дома и школы.	1

	Питание	
9	Значение питания в жизни человека. Основные продукты питания.	1
10	Место приготовления пищи и его оборудование.	1
11	Правила техники безопасности при работе на кухне. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.	1
12	Правила приёма пищи. Режим и рациональное питание.	1
13	Значение овощей в питании. Способы нарезки овощей.	1
14	Приготовление блюд не требующих тепловой обработки (окрошка). Приготовление салатов, закусок.	1
15	Горячие и холодные напитки.	1
16	Родственные отношения в семье.	1
17	Состав семьи учащихся. ФИО, возраст.	1
18	Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя.	1
19	Формы обращения к старшим и сверстникам.	1
20	Правила поведения за столом.	1
	Одежда и обувь	
21	Виды и назначение одежды, обуви, головных уборов.	1
22	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой	1
	Семья	
23	Родственные отношения.	1
24	Состав семьи.	1
	Культура поведения	
25	Значение правильной осанки.	1
26	Правила поведения за столом.	1
27	Формы обращения к старшим и сверстникам.	1
	Транспорт	
28	Виды транспортных средств.	1
29	Поведение на улице и в транспорте.	1
30-31	Правила дорожного движения.	2
	Торговля	
32	Виды торговых предприятий, их назначение.	1
33	Продуктовые магазины и их отделы.	1
34	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине.	1
35	Виды товаров: в развес, фасованные и в розлив.	1
	Итого	35 часов

### 6 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов
Личная гигиена		
1	Правила и приемы ухода за органами зрения.	1

2	Губительное влияние наркотиков и токсических веществ	1
3	Вред курения и алкоголя	1
Жилище		
4	Виды жилых помещений в городе и деревне. Варианты жилья.	1
5	Виды мебели. Уход за мебелью в зависимости от покрытия	1
Питание		
6	Разнообразие продуктов питания. Их значение для здоровья человека. Наблюдение за выбором товаров в магазине	1
7	Значение овощей в питании.	1
8	Приготовление простейших блюд из овощей с минимумом тепловой обработки.	1
9	Гигиена приготовления пищи.	1
10	Приготовление картофеля отварного.	1
11	Значение витаминов в питании человека	1
12	Крупы и их пищевая ценность. Разнообразие блюд из круп	1
13	Блюда из яиц, их разнообразие. Приготовление вареных яиц, украшения из них.	1
Одежда и обувь		
14	Значение опрятного вида человека.	1
15	Мелкий ремонт одежды	1
16	Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б ткани.	1
17	Машинная стирка.	1
18	Глажение одежды. ВТО одежды.	1
Торговля		
19	Магазины промышленных товаров. Отделы магазинов.	1
20	Специализированные магазины промтоваров. Отделы магазинов.	1
21	Порядок приобретения товаров. Оплата за товар. Хранение чека. Обмен товара	1
Семья		
22	Родственные отношения в семье. Место работы каждого члена семьи.	1
23	Права и обязанности членов семьи Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей.	1
Культура поведения		
24	Правила поведения в общественных местах. Поведение в театре.	1
25	Способы ведения разговора со старшими, и сверстниками.	1
Транспорт		
26	Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах транспорта.	1
27	Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.	1
28	Наиболее рациональные маршруты. Передвижение от дома	1

	до школы.	
Учреждения и организации		
29	Дошкольные учреждения - детские сады, школа, ДДТ, гимназия, лицей, колледж. Назначение детских учреждений.	1
Средства связи		
30	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон) Их назначение.	1
31	Почта. Виды почтовых отправлений.	1
32	Телеграф, виды телеграфных услуг. Виды телеграмм. Тарифы.	1
Медицинская помощь		
33	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи.	1
34	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их значение. Работники медицинских учреждений.	1
35	Профилактика и меры предупреждения глистных заболеваний.	1
Итого		35 часов

### 7 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во час
Личная гигиена		
1	Индивидуальные предметы гигиены.	2
2	Особенности ухода за кожей лица, волосами.	2
3	Гигиена одежды и нательного белья.	2
Одежда и обувь		
4	Значение продления срока служения одежды.	2
5	Бытовая техника при стирке белья.	2
6	Глажение белья.	2
7	Виды услуг. Прачечная.	2
Питание		
8	Виды питания.	2
9	Первые и вторые блюда в питании.	2
10	Механические и электробытовые приборы в приготовлении пищи.	2
11	Знакомство с инструкцией устройства и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами.	2
12	Чтение рецептов и подбор продуктов для приготовления.	2
Семья		
13	Помощь родителям в уходе за младшими в семье.	2
14	Проведение игр с младшими школьниками.	2
15	Сказки, песенки в воспитании малышей.	2
Бюджет семьи		

16	Бюджет семьи. Источники дохода. Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение.	2
17	Заработная плата членов семьи, пенсия. Мелкие расходы.	2
Культура поведения		
18	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.	2
19	Изготовление несложных сувениров.	2
Жилище		
20	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	2
21	Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	2
22	Уход за полом.	2
23	Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним; мытье полов.	2
Транспорт		
24	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы.	2
25	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда между разными пунктами. Формы приобретения железнодорожных билетов.	2
26	Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.	2
Торговля		
27	Магазины. Их назначение. Отделы магазинов.	2
28	Порядок приобретения товара. Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения.	2
Средства связи		
29	Почта. Виды бандеролей	2
30	Порядок отправления бандеролей.	2
Медицинская помощь		
31	Виды доврачебной помощи.	2
32	Лекарственные растения в домашней аптечке.	2
33	Первая медицинская помощь при травмах.	2
Учреждения, организации и предприятия		
34	Промышленные предприятия данной местности.	2
35	Сельскохозяйственные предприятия данной местности.	2
Итого		70 часов

### 8 класс

№ п/п	Название раздела и тем	Кол-во часов
Личная гигиена		
1	Значение здоровья для жизни и деятельности человека. Правила личной гигиены.	2
2	Уход за кожей лица. Определение типа кожи. Косметические средства.	2

3	Правила ухода за кожей ног. Средства для ухода за кожей ног.	2
Жилище		
4	Гигиенические требования к жилому помещению уборка кухни, санузла.	2
5	Уход за мебелью в зависимости от покрытия. Уход за коврами.	2
6	Санитарно-гигиенические требования Правила ТБ при работе с моющими и чистящими средствами.	2
Питание		
7	Значение овощей в питании. Витамины.	2
8	Разнообразие блюд из овощей. Заготовка овощей впрок. Подбор рецептов	2
9	Заготовка фруктов впрок. Подбор рецептов	2
10	Виды теста: дрожжевое, пресное. Правила приготовления пресного теста. Приготовление хвороста.	2
11	Виды теста: дрожжевое, пресное. Правила приготовления пресного теста. Приготовление хвороста	2
12	Приготовление изделий из пресного теста. Приготовление лапши	2
Одежда и обувь		
13	Особенности ухода за одеждой из шерсти. Утюжка изделий из шерсти	2
14	Уход за одеждой из синтетических тканей. Утюжка изделий из синтетических тканей.	2
15	Химчистка. Правила пользования. Правила подготовки вещей в чистку	2
Культура поведения		
16	Культура общения юноши и девушки.	2
17	Правила поведения при знакомстве в общественных местах и дома.	2
18	Внешний вид молодых людей. Требования к внешнему виду.	2
Транспорт		
19	Водный транспорт (морской, речной).	2
20	Правила безопасной поездки на водном транспорте.	2
21	Междугородный автотранспорт.	2
22	Автовокзал, его назначение. Службы вокзала	2
23	Порядок приобретения билетов. Умение обращаться за справкой.	2
Семья		
24	Уход за грудным ребенком. Правила кормления, купание	2
25	Пеленание и одевание ребенка. Правила содержания в чистоте детской	2

	постели, посуды, игрушек	
Экономика домашнего хозяйства		
26	Бюджет семьи: источники доходов. Основные статьи расходов.	2
27	Семейная экономика. Правила экономии	2
28	Сбережения. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банк.	2
Учреждения и организации		
29	Департамент, муниципалитет, префектура, милиция. Их назначение.	2
Торговля		
30	Рынки. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые и др.	2
Средства связи		
31	Виды телефонной связи. Междугородняя телефонная связь.	2
32	Культура разговора по телефону. Вызов основных служб.	2
Медицинская помощь		
33	Первая помощь при несчастном случае (ожог, обморожение, отравление, солнечный удар).	2
34	Первая помощь утопающему.	2
35	Несчастные случаи в быту Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	2
Итого		70 часов

### 9 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов
Одежда и обувь		
1	Стиль одежды, мода. Обновление одежды (замена мелких деталей).	2
2	Выбор одежды и обуви при покупке. Определение размера одежды и обуви.	2
3	Средства и правила выведения мелких пятен на одежде. Правила ТБ при пользовании различными средствами.	2
4	Правила стирки изделий из тюля. Моющие средства	2
Жилище		
5	Назначение мебели в квартире. Рациональная расстановка мебели. Интерьер.	2
6	Сохранение жилищного фонда. Правила сохранения жилищного фонда.	2
Культура поведения		
7	Адекватность поведения в обществе.	2
8	Прием гостей и правила хорошего тона.	2
Питание		



9	Диетическое питание.	2
10	Первые блюда для диетического питания.	2
11	Приготовление супов.	2
12	Вторые блюда для диетического питания. Приготовление блюд из овощей	2
13	Третьи блюда для диетического питания. Приготовление блюд	2
14	Приготовление национальных блюд.	2
15	Питание детей ясельного возраста. Особенности и важность правильного питания.	2
16	Составление меню на день, неделю.	2
17	Подбор рецептов. Работа с литературой.	2
18	Приготовление овощных блюд для малышей.	2
19	Приготовление блюд из круп.	2
20	Приготовление напитков	2
Семья		
21	Российская семья, условия создания семьи. Семейные традиции.	2
22	Распределение обязанностей по ведению хозяйства. Формы организации досуга, отдыха.	2
Торговля		
23	Значение ярмарок: Виды ярмарок:	2
24	Отличие ярмарки от рынка, магазина. Цены и их отличия.	2
Транспорт		
25	Назначение авиатранспорта. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Стоимость билетов.	2
Медицина		
26	Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению.	2
27	Уход за больным, правила и приемы. Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	2
Средства связи		
28	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления, заполнение бланка	2
29	Виды связи. Междугородняя связь.	2
Учреждения и организации		
30	Предприятия бытового Обслуживания.	2
31	Назначение бытового обслуживания.	2
Трудоустройство		
32	Учреждения и отделы по трудоустройству (отдел кадров, комиссия по трудоустройству молодежи при префектуре, бюро по трудоустройству населения, детская биржа труда.	2
33	Оформление на работу, постоянную и по договору документы, необходимые для поступления на работу, их оформление.	2
34	Деловые бумаги: заявление, анкета, расписка, докладная	2

	записка, заявка.	
35	Правила их составления.	2
		70часов

**Учебно- методическое и материально - техническое обеспечение**

Цифровые образовательные ресурсы

Электронно - наглядное пособие (презентации) 5, 6, 7, 8 класс

***Технические средства обучения, оборудование, учебная мебель:***

компьютерный стол,

учебные столы,

комплект оборудования и инструментов для выполнения

практических работ,

компьютер,

проектор,

экран,

принтер.