

Утверждена
в составе ФАОП ООО
приказ № 91 – п от 30.08.2024 г.

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» для 5-7 классов

Содержание учебного предмета

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта, на основании АОП ООО МБОУ Олонской СОШ На основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида.5-9классы под редакцией С.В.Комарова , Е.Л. Александровна (авторы коррекционного курса «Основа социальной жизни» С.В.Комарова , Е.Л. Александровна Москва Просвещение 2023год..

Цель учебного предмета по Основа социальной жизни направлены : на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труда, на формирование у них знаний и умений, способствующих социально адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

Реализуя разделы курса основа социальной жизни в учебном процессе, решаются следующие задачи: Воспитание личностных качеств, аккуратность, терпение, усидчивость: элементы трудовой культуры организация труда, экономное бережное отношение к продуктам, оборудованию, использования электроэнергии, строгое соблюдение правил безопасности работы и гигиены труда, воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи, творческого отношения к домашнему труду.

Развитие психофизических качеств: обоняния, осязание, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалка, сообразительности, воображения , фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На занятиях по основа социальной жизни уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми.

Общая характеристика учебного предмета:

Развитие социально- экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школы к успешному интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна особенно остро она стоит перед учителем социально бытовой ориентировки, который на своих уроков решает задачу, всестороннего развития молодого поколения и готовность своих

воспитанников к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

Характерными особенностями уроков ОСЖ являются:

- практико- ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения технических и технологических задач;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

Коррекционно- обучающую;

Коррекционно- развивающую;

Коррекционно- воспитательную;

Воспитание положительных качеств личности;

Развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности.

Независимо от технологической направленности обучения, программой предусматривается обязательное изучение обще трудовых знаний, овладение соответствующими умениями и способами деятельности; приобретение опыта практической деятельности по различным разделам программы.

Программа реализуется через следующие методы и приемы обучения: разнообразные по форме практические упражнения и задания, наглядные демонстрация учебных пособия образцов, технологические карты, практические работы, сравнение и сопоставление работ учащихся и образцов изделий. Занятия должны проводиться в кабинете ОСЖ, который приспособлен и имеет все необходимое оборудование для реализации данной программы.

Место учебного предмета в учебном плане.

Программам по ОСЖ составлена с количеством часов указанном в учебном плане ОУ. На изучение ОСЖ отводится 5 -6-7 классы по 2 часа в неделю,

5 класс

Введение

Роль предмета СБО, разделы предмета, изучаемые вопросы.

Личная гигиена

Личная гигиена. Ее значение для здоровья и жизни человека.

Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.

Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей:

носового платка, зубной щетки, мочалки, расчески, полотенца, трусиков, носок. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.

Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие особенно детского организма и окружающих. Воспитание силы воли.

Одежда и обувь

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью:

предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Питание

Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. ТБ при работе с режущими приборами, электрооборудованием. Подбор продуктов для приготовления блюда. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Правила и приемы ухода за посудой. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Бутерброды, их виды, приготовление. Салаты, значение, приготовление. Сервировка стола. Правила поведения за столом.

Семья

Семья, родственные отношения в семье. Взаимоотношения в семье, взаимопомощь. Составление родового древо.

Культура поведения

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя, стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом.

Жилище

Почтовый адрес дома. Виды жилых помещений в городе и селе: собственное, государственное. Жилой дом, варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции — комнаты отдельные, смежные. Назначение комнат в квартире: спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Виды отопления в городе и селе.

Транспорт

Виды транспортных средств. Поведение в транспорте. Поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Торговля

Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных.

Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.

Продуктовые специализированные; «Булочная», Булочная-кондитерская», «Овощи и фрукты» и др. Виды товаров фасованные и в развес и розлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).

Срок годности, стоимость. Хранение товаров фасованных и в развес, розлив.

Знакомство с отделами продовольственного магазина, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы; определенные сроки годности (на примере молочных продуктов); приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.

6 класс

Личная гигиена

Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека. Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур, солнечных, физических упражнений; сезонная одежда, обувь, головной убор.

Правила и приемы ухода за органами зрения.

Способы сохранения зрения — контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство.

Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач, работы с конструктором: освещенность, расстояние между глазом и объектом, упражнения и время отдыха глаз.

Губительное влияние наркотиков и токсических веществ на живой организм, как детей, так и взрослых.

Одежда и обувь

Значение опрятного вида человека.

Поддержание одежды в порядке. Ремонт одежды. Соблюдение правила безопасной работы колющими и режущими инструментами. Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью. Ручная стирка изделий из хлопчатобумажных тканей. Правила ТБ при работе с электрооборудованием и стиральными порошками. Глажение фартуков, косынок, носовых платков, салфеток и др. «Пришивание пуговиц, вешалок к одежде» «Подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва» «Стирка и глажение изделий из хлопчатобумажной ткани вручную».

Питание

Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи.

Способы выбора доброкачественных продуктов: овощных, мясных, рыбных и др.

Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите.

Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. Применение химических моющих средств. Составление рецепта приготовления блюд.

Семья

Место работы каждого члена семьи. Занимаемая должность каждого члена семьи, продуктивная деятельность. Права и обязанности каждого члена семьи.

Культура поведения

Правила поведения в общественных местах (театре, кинотеатре, клубе, музее, библиотеке, на дискотеке). Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.

Жилище

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.

Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения. Использование в уборке электропылесоса.

Уход за мебелью, в зависимости от ее покрытия (лак, полировка, мягкая обивка и др.)

Транспорт

Городской транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый проездной, проездной единый билет). Выбор маршрута передвижения от дома до школы-интерната в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты.

Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

Торговля

Магазины промышленных товаров и их отделы: ткань, обувь, одежда, галантерея, книги, школьно-письменных принадлежностей, хозяйственные и др.

Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книжки»: словари, учебники, детская художественная литература и др.; «Обувь»: детская (по размерам), женская, мужская и др. и т.д.

Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека для возможности обмена товара,

предусмотренного правилами торговли. Знакомство с отделами магазина и видами товаров, количеством и ценой продаваемой продукции, гарантийным сроком; приобретение доступного по цене товара (например, книгу, шариковую ручку и т.п.), проверка чека и сдачи.

Средства связи

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер), их назначение.

Почта. Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма). Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг.

«Составление текста телеграммы».

Медицинская помощь

Виды медицинской учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их значение в оказании медицинской помощи. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сестры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др. Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация. Меры предупреждения глистных заболеваний.

Экскурсия в аптеку. Знакомство с отделами, с видом отпуска товара: по рецептам, без рецепта, готовых и на заказ лекарств и медицинского оборудования: термометр, пипетка, пинцет и др.

Учреждения, организации, предприятия

Детские образовательные организации. Дошкольные учреждения — детские сады с ясельной группой и без нее, школа, УВК (детский сад-школа) — учебно-воспитательный комплекс, дома детского творчества (ДДТ), гимназия, лицей, колледж и их назначение.

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.

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 ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки.

Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.

ПИТАНИЕ

Правила гигиены при приготовлении пищи. Виды питания. Планирование рационального питания. Правила ТБ при работе с горячей жидкостью,

электроприборами, режущими инструментами. Значение первых блюд.

Приготовление щей. Приготовление овощного салата. Приготовление второго блюда из мясных продуктов. Составление меню завтрака, обеда и ужина. Сервировка стола (к завтраку, обеду и ужину).

Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.

«СЕМЬЯ

Помощь родителям в уходе за младшими детьми: умывание, одевание, обувание, причёсывание. Проведение игр с малышами.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ

Правила приема приглашения в гости и формы отказа. Поход в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, причёска). Правила поведения в гостях. Сюжетная игра «В гости к...». Изготовление несложных сувениров в подарок. «Изготовление сувениров».

ЖИЛИЩЕ

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.

Уход за полом, в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом. Пользование пылесосом. «Сухая и влажная уборка помещения».

ТРАНСПОРТ

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов: (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения железнодорожных билетов.

Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.

ТОРГОВЛЯ

Универмаги и универсамы, 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.

СРЕДСТВА СВЯЗИ

Почта: виды бандеролей: (простая, заказная ценная, с уведомлением). Порядок отправления бандероли, посылки: упаковка, стоимость пересылки, правила отправления. «Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки».

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы укусы насекомыми и др.). Первая медицинская помощь при травмах: вывих, перелом, наложение повязки на раны.

Меры по предупреждению переломов. «Наложение повязки на раны».

УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ

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

8 класс

В разделе личная гигиена обучающимися рассказывается о правилах личной гигиены, обращается внимание на важности соблюдения правил личной гигиены для здоровья человека. Рассказывается о способах ухода за волосами, ногтями, кожей лица.

Раздел одежда и обуви учит обучающихся правильно следить и ухаживать за своей одеждой. Производить мелкий ремонт одежды.

Раздел питание рассказывает о важности полноценного питания для здоровья и правильного развития организма человека.

Раздел семья рассказывает обучающимся о важности нормальных взаимоотношений в семье, учит помогать взрослым.

В разделе культура проведения обучающихся разбирают нормы поведения в различных ситуациях и местах пребывания.

Раздел жилище учит обучающихся ухаживать за своим жильем. Следить за его сохранностью, устлавать уют в доме.

Раздел транспорт рассказывает обучающимся о разнообразии городского и междугороднего транспорта, о правилах поведения в транспорте, о порядке приобретения билетов для поезда на транспорте.

Раздел торговля учит обучающихся правилам поведения в магазине, порядку приобретения товаров.

В разделе средство связи рассказывается о разнообразии средств связи.

Раздел медицинская помощь учит обучающихся оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ожогах, солнечном ударе.

В разделе учреждения, организации, предприятия рассказывают обучающимся о разнообразии учреждений их предназначении, о правилах поведения в учреждениях.

В разделе экономика домашнего хозяйства учит обучающихся рационально вести свое домашнее хозяйство.

9 класса:

В разделе личная гигиена обучающимися рассказывается о правилах личной гигиены, обращается внимание на важности соблюдения правил личной гигиены для здоровья человека. Рассказывается о способах ухода за волосами, ногтями, кожей лица.

Раздел одежда и обуви учит обучающихся правильно следить и ухаживать за своей одеждой. Производить мелкий ремонт одежды.

Раздел питание рассказывает о важности полноценного питания для здоровья и правильного развития организма человека.

Раздел семья рассказывает обучающимся о важности нормальных взаимоотношений в семье, учит помогать взрослым.

В разделе культура проведения обучающихся разбирают нормы поведения в различных ситуациях и местах пребывания.

Раздел жилище учит обучающихся ухаживать за своим жильем. Следить за его сохранностью, устлавать уют в доме.

Раздел транспорт рассказывает обучающимся о разнообразии городского и междугороднего транспорта, о правилах поведения в транспорте, о порядке приобретения билетов для поезда на транспорте.

Раздел торговля учит обучающихся правилам поведения в магазине, порядку приобретения товаров.

В разделе средство связи рассказывается о разнообразии средств связи.

Раздел медицинская помощь учит обучающихся оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ожогах, солнечном ударе.

В разделе учреждения, организации, предприятия рассказывают обучающимся о разнообразии учреждений их предназначении, о правилах поведения в учреждениях.

В разделе экономика домашнего хозяйства учит обучающихся рационально вести свое домашнее хозяйство.

Раздел трудоустройство помогает настроить обучающихся на дальнейшую трудовую деятельность. Рассказывается о правильном заполнении необходимых при приеме на работу документов

Планируемые результаты освоения учебного предмета

5 класс

Обучающиеся должны знать:

- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;
- правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач;
- о вреде курения, алкоголя;
- виды одежды, обуви и их назначение;
- правило ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных)
- правило безопасности работы режими инструментами;
- виды блюд, не требующих тепловой обработки;
- правила сервировки стола;
- родственные отношения в семье;
- правила поведения за столом;
- виды жилых помещений в городе и селе и их различии;
- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;
- правила движения на велосипеде;
- назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продуктов;
- право поведения в магазине;

Обучающиеся должны уметь:

- совершат вечерний туалет в определенной последовательности;
- стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте;
- беречь зрение;
- различать одежду и обувь в зависимости от их значения, повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирать одежду, обувь, головные уборы по сезону;
- нарезать хлеб, сырые и вареные овощи;
- строго соблюдать безопасности работы режущими инструментами;
- правило сидеть за столом, пользоваться приборами, салфетками, красиво и аккуратно принимать пищу;
- правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками в различных ситуациях;
- писать адреса на почтовых открытках, конвертах, перевод, телеграммы;
- соблюдать правила дорожного движения;

-различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы и обратно;

-выбирать необходимые продукты питания с учетом сроком годности;

-культурно вести себя с работниками торговли;

Обучающийся должен понимать:

-нужно следить за своим здоровьем и телом не зависимо от возраста

-по внешнему виду человека складывается первое впечатление о нем, необходимость следить за внешним видом, правильным подбор одежды и обуви.

-моя семья мое самое главное;

-культура поведения, культура общения характеризует человека;

-чистота залог здоровья;

6 класс

Обучающиеся должны знать:

- правило закаливание организма;

- о вреде наркотиков и токсических веществ;

-санитарно- гигиенические требования и правила безопасности работы колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами;

-способы хранения продуктов и приготовление пищи;

- место работы, должность, продуктивную деятельность человека семьи;

-способы хранения продуктов;

-правило поведения в культурно- просветительских учреждениях;

-гигиенические требования к жилищу;

-междугородний транспорт;

-правило поведения в магазине и общения с работниками магазина;

-виды почтового отправления;

-основной состав домашней аптечки.

Обучающиеся должны уметь:

-соблюдать правила личной гигиены дома;

-подбирать моющие средства для стирки;

-пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая правила;

-выполнять определенные обязанности в семье;

-тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;

- производить сухую и влажную уборку помещения;

-соблюдать правила безопасности работы с электроприборами;

-выяснить сроки гарантии на его использование;

-вернуть товар, не отвечающий желанию покупателя;

-заполнить бланки на отправку посылок, писем;

- приобретение лекарства в аптеки;

Обучающиеся должны понимать:

-организм человека имеет свойство привыкать к тем или иным условиям;

-от питания человека зависит развитие организма человека и здоровье;

-семья это самое главное, здоровые взаимоотношения в семье;

-чистота залог здоровья;

7 класс

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.
- правила личной гигиены девушки и юноши, виды косметических средств и правила ухода за волосами и кожей лица и рук.
- 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.
- адрес местной префектуры, её назначение и услуги, названия отделов.

Обучающиеся должны уметь:

- пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день.
- определять тип кожи и волос, подбирать средства по уходу в соответствии с этим, правильно ухаживать за кожей лица и волосами.
- ремонттировать 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.

Обучающиеся должны понимать:

- нужно следить за своим здоровьем и телом не зависимо от возраста;

-по внешнему виду человека складывается первое впечатление о нем, необходимость следить за внешним видом, правильным подбор одежды и обуви;

-культура поведения, культура общения характеризует человека;

8 класс:

Обучающиеся должны знать:

-виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.

-правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки.

-правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической чистке одежды, предоставляемые услуги.

-правила ухода за грудным ребёнком, санитарное - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.

-правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.

-правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты,; моющие средства для уборки; санитарное – гигиенические требования к данным помещениям.

-основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.

-рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.

-виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления.

-меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи.

-основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

Обучающиеся должны уметь:

-готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.

-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, выбирать косметические средства, украшения и духи.

-мыть кафельные стены, чистить раковины.

-покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.

-находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.

-кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.

-оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.

-обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры.

-подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки.

Обучающиеся должны понимать:

- нужно следить за своим здоровьем;
- культура поведения ;
- правильное планирование семейного бюджета;

9 класс:**Обучающиеся должны знать:**

- размеры своих 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.
- основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.
- правила поведения в обществе – правила приёма гостей.
- правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.
- службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.
- виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.
- виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.
- способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.
- 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.

Обучающиеся должны уметь:

- 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.
- обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.
- обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, расписку, докладную и заполнять анкету.

Обучающиеся должны понимать:

- важность наличия профессий;
- ответственность при вступлении в брак;
- ответственность при появлении ребенка;

Тематическое планирование

№	Название разделов	Количество часов				
		5кл	6кл	7кл	8 кл	9кл
	Введение	1	1	1	-----	-----
	Личная гигиена	9	9	4	5	3
	Одежда и обувь	8	7	14	6	4
	Питание	16	10	14	11	12
	Семья	3	2	3	8	10
	Культура поведения	5	4	8	5	4
	Жилище	13	4	4	4	6
	Транспорт	7	9	6	4	2
	Торговля	6		4	4	3
	Средства связи		10	2	4	3
	Медицинская помощь		8	6	7	5
	Экономика домашнего хозяйства				6	
	Предприятия, организации, учреждения		4	2	4	2
	Трудоустройство	-----	-----	-----	-----	6
	Бюджет семьи					9
	Всего	68	68	68	68	68

Календарно – тематическое планирование 5класс

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
1	Вводное занятие. Знакомство с предметом ОСЖ	1			
2	Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.	1			
3	Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.	1			
5	Содержание в чистоте и порядке личных вещей	1			
6	Гигиена зрения и слуха.	1			
7-8	Значение зрения и слуха в жизни и деятельности человека.	2			
9-10	Пагубное влияние курения, алкоголя на здоровье и развитие детского организма.	2			
11-12	Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.	2			
13-14	Виды одежды и головных уборов.	2			
15-16	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью	2			
17-18	Подготовка сезонной одежды и обуви к хранению.	2			
19-20	Питание. Значение продуктов питания в жизни и деятельности людей.	2			
21-22	Место приготовления пищи и его оборудование. ТБ при работе с режущими приборами, электрооборудованием.	2			
23-24	Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Правила и приемы ухода за посудой.	2			
25	Правила поведения за столом.	1			
26	Сервировка стола к завтраку.	1			
27-28	Приготовление пищи не требующей тепловой обработки	2			
29-30	Бутерброды, их виды, приготовление	2			

31	Приготовление салатов и винегретов.	1			
32	Приготовление салата «Зимний».	1			
33-34	Приготовление блюд из яиц. Отварные яйца.	2			
35	Семья. Родственные отношения в семье.	1			
36-37	Состав семьи учащихся, взаимоотношения в семье.	2			
38-39	Культура поведения. Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья.	2			
40-42	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	3			
43-44	Жилище. Виды жилых помещений в городе и селе.	2			
45-46	Варианты квартир и подсобных помещений.	2			
47-50	Почтовый адрес дома, школы. Заполнение адреса на конвертах.	4			
51-54	Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки.	4			
55	Правила вытирания пыли, подметания пола.	1			
56-58	Транспорт. Виды транспортных средств.	3			
59-60	Поведение в транспорте и на улице.	2			
61-62	Правила дорожного движения.	2			
63-65	Торговля. Виды торговых предприятий. Продуктовые магазины и их отделы.	3			
66-68	Виды товаров: фасованные, в развес и в розлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине.	3			

Календарно – тематическое планирование 6 класс

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	По факту	
1	Вводное занятие.	1			
2-3	Значение закаливания организма для общего состояния здоровья человека.	2			
4	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных ванн.	1			
5-6	Правила и приемы ухода за органом зрения.	2			
7	Гигиена чтения, письма, просмотра телепередач.	1			
8	Губительное влияние вредных привычек на живой организм	1			
9	Значение опрятного вида человека.	1			
10-11	Поддержание одежды в порядке: правила пришивания пуговиц.	2			
12-13	Поддержание одежды в порядке: зашивание распоровшегося шва.	2			
14-15	Стирка изделий из хлопчатобумажных тканей вручную.	2			
16-17	Утюжка фартуков, косынок, носовых платков.	2			
18	Семья . Место работы каждого члена семьи, обязанности по дому.	1			
19	Культура поведения. Правила поведения в общественных местах	1			
20	Способы ведения разговора со сверстниками и взрослыми	1			
21-23	Жилище . Гигиенические требования к жилому помещению. Использование в работе пылесоса.	3			
24	Повседневная сухая и влажная уборка помещения. Уход за мебелью.	1			
25-27	Торговля . Магазины промышленных товаров и их отделы.	3			
28-29	Порядок приобретения товара, оплата. Хранение чека.	2			
30-33	Транспорт . Городской общественный транспорт.	3			

34-36	Автостанция. Назначение Службы.	3			
37-38	Средства связи. Основные средства связи, их назначение.	2			
39	Почта. Виды почтовых отправлений	1			
40-41	Виды писем. Написание адреса на почтовом конверте.	2			
42-43	Составление текста телеграммы.	2			
44-46	Медицинская помощь .Виды медицинской помощи: доврачебная, врачебная	3			
47-48	Виды медицинских учреждений	2			
49	Работники медицинских учреждений	1			
50	Учреждения, организации и предприятия. Дошкольные учреждения.	1			
51	Дошкольные учреждения. Школа.	1			
52	Дом культуры. Библиотека.	1			
53-56	Питание. Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи.	4			
57-59	Правила безопасной работы на кухне. Приготовление пищи на электроплите.	3			
60-64	Заваривание чая. Приготовление омлета.	3			
65-68	Правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами. Сервировка стола.	4			

Календарно – тематическое планирование 7 класс

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	По факту	
1	Вводное занятие.	1			
2	Личная гигиена Особенности личной гигиены в жизни подростка.	1			
3	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	1			
4-5	Особенности ухода за кожей лица, волосами. Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные. Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.	2			
6-7	Одежда и обувь Значение продления срока служения одежды	2			
8-11	Виды штопки, наложение заплат.	4			
12-13	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей, стирка изделий из шелка в ручную.	2			
14-15	Правила ТБ при работе с электрооборудованием, химическими моющими средствами для стирки.	2			
16-19	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	4			
20-21	Питание Правила гигиены при приготовлении пищи.	2			
22-23	Виды питания. Планирование рационального питания.	2			
24-25	Правила ТБ при работе с горячей жидкостью, электроприборами, режущими инструментами.	2			
26-27	Приготовление салата из вареных и сырых овощей.	2			

28-29	Приготовление второго блюда из мясных продуктов.	2			
30-31	Составление меню завтрака, обеда и ужина. Сервировка стола	2			
32-33	Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.	2			
34-35	Семья Помощь родителям в уходе за младшими детьми: умывание, одевание, обувание, причёсывание.	2			
36	Проведение игр с малышами	1			
37-38	Культура поведения Правила приема приглашения в гости и формы отказа	2			
39-40	Поход в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, причёска). Правила поведения в гостях.	2			
41-44	Изготовление несложных сувениров в подарок.	4			
45-46	Жилище Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	2			
47	Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	1			
48	Уход за полом, средства ухода за полом. Пользование пылесосом.	1			
49-50	Транспорт Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы.	2			
51-52	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.	2			
53-54	Формы приобретения железнодорожных билетов. Виды камеры хранения багажа. Порядок сдачи и получения его.	2			
55-56	Торговля Универмаги и универсамы, их	2			

	назначение. Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.				
57	Порядок приобретения товаров . Хранение чека или его копии	1			
58	Отделы, распродажа товаров по сниженным ценам, прием товаров у населения	1			
59-60	Средство связи Почта. Порядок отправления бандероли, посылки: упаковка, стоимость пересылки, правила отравления.	2			
61-62	Медицинская помощь Виды доврачебной помощи:	2			
63-64	Первая медицинская помощь при вывихах, открытых порезах наложение повязки на раны.	2			
65-66	Виды переломов . Оказание первой помощи.	2			
67-68	Учреждения, организация предприятия Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.	2			

Календарно – тематическое планирование 8 класс

№	Наименование темы	Количество часов	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
	«Личная гигиена»				
1-2	Здоровый образ жизни	2			
3-5	Косметические дезинфицирующие средства.	3			
	«Культура поведения»				
6-8	Культура общения юноши и девушки.	3			
9-10	Внешний вид молодых людей.	2			
	«Жилище»				
11-12	Правила уборки жилища.	2			
13-14	Моющие средства. Меры их предосторожности	2			
	«Семья»				
15-18	Правила ухода за грудным ребёнком.	4			
19-22	Уход за детской постелью, посудой.	4			
	«Средства связи»				
23-24	Культура разговора по телефону.	2			
25-26	Виды телефонных связей	2			
	«Транспорт»				
27-28	Междугородный транспорт. Приобретение билетов.	2			
29-30	Правила поведения в общественном транспорте	2			
	«Торговля»				
31-32	Специализированные магазины. Правила поведения в магазине	2			
33-34	Рынок	2			
	«Одежда»				
35-37	Уход за одеждой из разных видов ткани.	3			
38-40	Глажение фасонной одежды.	3			
	«Питание»				
41	Приготовление пищи. Кухонные механические приспособления.	1			
42	Консервирование овощей, фруктов и ягод. Замораживание овощей	1			
42-44	Тесто. Виды теста	2			
45-46	Рецепты приготовления блинов, печенья,	2			

47-48	Рецепты приготовления соленой капусты	2			
49	Нарезка овощей. Виды нарезки	1			
50	Сервировка стола к обеду.	1			
51	Самостоятельный подбор продуктов для приготовления чего-либо по рецепту	1			
	Экономика домашнего хозяйства				
52-53	Бюджет семьи. Виды источников доходов.	2			
54-55	Виды приобретения (наличными и кредит)	2			
56-57	Сбережение . Значение и способы экономии расходов .	2			
	«Медицинская помощь»				
58-59	Помощь при несчастных случаях.	2			
60	Первая помощь утопающему.	1			
61	Глистные заболевания.	1			
62-63	Укусы животных.	2			
64	Тепловой и солнечный удары.	1			
	«Учреждения и организации»				
65-66	Департамент, муниципалитет, полиция и т.д	2			
67-68	Госучреждение	2			

Календарно – тематическое планирование 9 класс

№	Наименование темы	Количество часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	По факту	
	«Личная гигиена»				
1	Правила личной гигиены.	1			
2	Здоровый образ жизни.	1			
3	Вред курения и алкоголя.	1			
	«Культура поведения»				
4-5	Правила общежития.	2			
6-7	Приём гостей.	2			
	«Жилище»				
8-11	Интерьер квартиры	4			
12-13	Виды уборки квартиры	2			
	«Семья»				
14-16	Основы семейных отношений.	3			
17-19	Обязанности членов семьи.	3			
20-22	Семейные традиции .	3			
	«Бюджет семьи»				
23-26	Основные статьи расходов.	4			
27-31	Сбережения. Виды вкладов.	5			
	«Средства связи»				
32-33	Посылки. Правила упаковки.	2			
34	Виды денежных переводов.	1			
	«Медицинская помощь»				
35-37	Инфекционные заболевания и меры их предупреждения	3			
38-39	Уход за больным.	2			
	«Питание»				
40-42	Здоровое питания.	3			
43	Сервировка праздничного стола.	1			
44-47	Приготовление национальных блюд.	4			
48-51	Виды теста и выпечки .	4			
	«Одежда»				
52-53	Мода. Стиль в одежде.	2			
54	Покупка одежды и обуви.	1			
55	Варианты обновления одежды. Выведение пятен с одежды	1			

56	Уход за одеждой. Ремонт одежды.	1			
	«Транспорт»				
57-58	Аэровокзал . правило действующие на территории Аэровокзал	2			
	«Торговля»				
59-60	Значение ярмарок. Виды ярмарок.	2			
	«Учреждения и организации»				
61-62	Предприятия бытового обслуживания.	2			
	«Трудоустройство»				
63	Ситуация выбора профессии.	1			
64	Временная и постоянная занятость.	1			
65	Охрана труда несовершеннолетних.	1			
66	Оформление на работу.	1			
67	Обращение к работодателю.	1			
68	Трудовой договор. Трудовой стаж.	1			