

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа – интернат №14» с. Усть-Цильма

СОГЛАСОВАНО Председатель МО <i>И.Я. Дуркина</i> Протокол № <u>1</u> от « <u>20</u> » <u>08</u> 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Зам.директора <i>З.Е. Дуркина</i>	УТВЕРЖДАЮ Директор ГОУ РК «Специальная (коррекционная) школа-интернат №14» с. Усть-Цильма Приказ № <u>33</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 2023 г.
--	--	--



Адаптированная рабочая программа учебного предмета

ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Срок реализации программы: 1 год (6,7,8 класс)

Составитель: Дуркина Ирина Яковлевна, учитель

2023 г.

Пояснительная записка

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для обучающихся 6-8 классов с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказа Министерства просвещения РФ № 1026 от 24.11.2022 г. «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)/М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Учебный план образовательной организации.

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели.

По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе. В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Цель программы «Основы социальной жизни» - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

Основные задачи реализации программы «Основы социальной жизни»:

- 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 и использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);

- репродуктивные (работа по образцам);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно – развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие приёмы и средства обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ».

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у обучающихся формируются социально-бытовые компетентности:

1. «Личная гигиена» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
2. «Охрана здоровья» - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.
3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).
4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).

5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.
6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.
7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет услугами, телеграфной и т.д.
8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.
9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.
10. «Культура поведения» – владение правилами культуры поведения в общественных местах.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» является частью предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями). Количество часов в неделю в 6-8 классах – по 2 часа, общее количество часов – 204 ч. в год.

Содержание учебного предмета

«Личная гигиена»

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.

«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. 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 распорывшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды. Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки. Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии. Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов. Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

«Питание»

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи. Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп). Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе. Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения

жиров и яиц. Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки. Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей. Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе. 8 Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина. Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина. Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

«Транспорт»

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте. Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

«Средства связи»

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования. Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России". Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления. Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (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.

«Культура поведения».

Правила поведения в общественных местах, в местах общественного питания. Школьный этикет.

Тематический план

6 класс

Всего: 68 часов (2 часа в неделю)

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	Практические виды работ на уроке	Темы регионального компонента
1.	Личная гигиена.	5	Практическая работа	В ходе урока.
2.	Жилище.	7	Практическая работа	В ходе урока.
3.	Культура поведения.	4	Практическая работа	В ходе урока.
4.	Питание.	12	Практическая работа	В ходе урока.
5.	Охрана здоровья.	4	Практическая работа	В ходе урока.
6.	Одежда и обувь.	8	Практическая работа	В ходе урока.
7.	Транспорт.	7	Практическая работа	В ходе урока.
8.	Средства связи.	8	Практическая работа	В ходе урока.
6.	Семья.	6	Практическая работа	В ходе урока.
7.	Торговля.	4	Практическая работа	В ходе урока.
8.	Жилище.	4	Практическая работа	В ходе урока.

7 класс

Всего: 68 часов (2 часа в неделю)

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	Практические виды работ на уроке	Темы регионального компонента
1.	Питание.	16	Практическая работа	В ходе урока.
2.	Личная гигиена.	4	Практическая работа	В ходе урока.
3.	Жилище.	7	Практическая работа	В ходе урока.
4.	Семья.	5	Практическая работа	В ходе урока.
5.	Охрана здоровья.	8	Практическая работа	В ходе урока.
6.	Одежда и обувь.	13	Практическая работа	В ходе урока.
7.	Транспорт.	7	Практическая работа	В ходе урока.
8.	Предприятия, организации,	1	Практическая работа	В ходе урока.

	учреждения.		работа	
9.	Средства связи.	6	Практическая работа	В ходе урока.

8 класс

Всего: 68 часов (2 часа в неделю)

№	Наименование разделов, тем	Количество часов	Практические виды работ на уроке	Темы регионального компонента
1.	Личная гигиена	4	Практическая работа	В ходе урока.
2.	Одежда и обувь.	12	Практическая работа	В ходе урока.
3.	Жилище.	8	Практическая работа	В ходе урока.
4.	Семья.	6	Практическая работа	В ходе урока.
5.	Средства связи.	2	Практическая работа	В ходе урока.
6.	Предприятия, организации, учреждения.	4	Практическая работа	В ходе урока.
7.	Питание.	19	Практическая работа	В ходе урока.
8.	Транспорт.	5	Практическая работа	В ходе урока.
9.	Охрана здоровья.	8	Практическая работа	В ходе урока.

Перечень обязательных контрольных (практических) работ

6 класс

- Практическая работа «Пылесос. Устройство. Правила пользования».
- Практическая работа. «Ежедневная уборка помещения».
- Практическая работа «Еженедельная уборка помещения».
- Проверочная работа за 1 четверть.
- Практическая работа «Заваривание чая».
- Практическая работа «Приготовление бутербродов».
- Проверочная работа за 2 четверть.
- Практическая работа. «Уход за обувью».
- Практическая работа. Правила безопасного маршрута «Дом-школа-дом».
- Практическая работа. Правильное заполнение конверта Почты России по образцу.
- Проверочная работа за 3 четверть.
- Практическая работа. Составление семейного древа.
- Итоговый контроль по разделу «Семья».
- Практическая работа. «Уход за комнатными растениями».
- Итоговый контроль за год.
- Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».

7 класс

Практическая работа. Приготовление каши на воде.
Практическая работа. Приготовление каши на молоке.
Проверочная работа за 1 четверть.
Практическая работа. Уход за кожей лица.
Практическая работа. Гигиенические требования к жилому помещению. Периодическая уборка помещения.
Практическая работа. Регулярная уборка и сезонная уборка.
Проверочная работа за 2 четверть.
Практическая работа. Ручная стирка изделий из хлопчатобумажных тканей.
Практическая работа. Утюжка изделий из хлопчатобумажной ткани.
Проверочная работа за 3 четверть.
Итоговый контроль за год.
Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».

8 класс

Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей.
Практическая работа. Утюжка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей.
Практическая работа. Утюжка блузки, рубашки.
Проверочная работа за 1 четверть.
Практическая работа. Купание грудного ребёнка.
Практическая работа. Пеленание грудного ребёнка.
Проверочная работа за 2 четверть.
Практическая работа. Приготовление первого блюда.
Практическая работа. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.
Проверочная работа за 3 четверть.
Практическая работа. Оказание первой помощи при ушибах, травмах.
Практическая работа. Уход за комнатными растениями.
Итоговый контроль за год.
Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».

Планируемые предметные и личностные результаты освоения программы (минимальный, достаточный уровни)

Планируемые личностные результаты:

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

1. Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.)

2. Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.
3. Представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец, водитель и др.; социальные роли – пассажир, покупатель, пешеход и др.
4. Умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.
5. Развитие межличностных и групповых отношений.
6. Представления о правах, обязанностях и др.

Планируемые предметные результаты:

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; самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов); 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; пользование различными средствами связи, включая Интернет-средства; 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 основных правил ухода за больным; 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 правил 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.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия:

испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность;

Коммуникативные учебные действия:

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно

значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия:

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия:

Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно пространственную организацию; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Система оценки достижений планируемых результатов

Основой оценки личностных результатов освоения обучающимися с умственной отсталостью АРПУП служит анализ изменений поведения обучающегося в повседневной жизни в различных социальных средах (школьной и семейной). Результаты анализа должны быть представлены в форме удобных и понятных всем членам группы условных единиц:

- 0 баллов — нет фиксируемой динамики;
- 1 балл — минимальная динамика;
- 2 балла — удовлетворительная динамика;
- 3 балла — значительная динамика.

Результаты оценки личностных достижений заносятся в индивидуальную карту развития обучающегося.

Оценка предметных результатов:

Текущая (за полугодие) и промежуточная аттестация обучающихся по основам социальной жизни в конце учебного года, проводится путем тестового контроля с помощью тестовых карт, разрабатываемых учителем.

Тестовые задания в картах должны учитывать индивидуальные особенности познавательной деятельности и восприимчивости к усвоению знаний в процессе учебного процесса.

При затруднениях ученика в чтении и понимании смысла прочитанного текста в карте, учитель сам читает задание, а ученик выбирает правильный ответ и называет его.

Оценка за предмет выставляется в зависимости от числа правильных ответов, предложенных педагогом в тестовой карте, процентном отношении:

- оценка 5-«отлично», если выполнено свыше 65% заданий;
- оценка 4-«хорошо», если выполнено от 51% до 65% заданий;
- оценка 3-«удовлетворительно», если выполнено от 35% до 50% заданий.
- оценка «2» и оценка «1» не ставится

Оценка устных ответов.

Оценка «5» - 65% - 100% - ученик обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя обосновать, самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

Оценка «4» - 51% - 65% - ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; делает некоторые ошибки в речи; при работе с текстом или разборе предложения допускает 1-2 ошибки, которые исправляет с помощью учителя.

Оценка «3» - 35% - 50% - ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но излагает материал недостаточно полно и последовательно; допускает ряд ошибок в речи; затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя; нуждается в постоянной помощи учителя.

Оценка «2» и оценка «1» не ставятся

Оценка базовых учебных действий:

Для оценки сформированности каждого действия используется следующая система оценки:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого обучающегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех обучающихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Технические средства: ноутбук; мультимедиапроектор; магнитная доска; экран.
 2. Учебно-практическое оборудование:
 - раздаточный дидактический материал
 - плакаты, макеты
- Печатные пособия
1. Адрес
 2. Гигиена питания
 3. Гигиена полости рта
 4. Движение учащихся группами и в колонне
 5. На улицах города
 6. Оборудование кухни и требования к ее содержанию
 7. Обход транспорта
 8. Переход улиц и дорог
 9. Пешеходные переходы
 10. Правила безопасной работы приспособлениями
 11. Правила безопасной работы с газовой плитой
 12. Правила безопасной работы с горячей жидкостью
 13. Правила безопасности при работе с ручными инструментами
 14. Правила дорожного движения для велосипедистов
 15. Правила личной гигиены
 16. Правила личной гигиены
 17. Правила поведения в кабинете СБО
 18. Правила техники безопасности при работе с горячей посудой и жидкостью

19. Предупреждение воздушно-капельных инфекций
20. Причины дорожно-транспортных происшествий
21. Суточная потребность в витаминах
22. Транспортные средства
23. Требования к обработке и хранению продуктов Учебно-практическое оборудование

Раздел «Личная гигиена и здоровье»

1. Бритвенные принадлежности (станок со съёмными лезвиями, кисточка для бритья)
2. Губки, мочалки из натурального и синтетического волокна для мытья тела
3. Зеркало
4. Зубные щетки, зубные пасты
5. Крем, мыло, шампуни для различных типов волос и кожи, дезодоранты, одеколон
6. Маникюрный набор (ножницы, пилка)
7. Полотенца (для тела, лица, ног)
8. Расчёски, массажные щетки для волос

Раздел «Одежда и обувь»

1. Инструкции по эксплуатации, уходу за одеждой и обувью
2. Крем для обуви, блеск для обуви
3. Образцы взрослой детской обуви из различных материалов
4. Образцы взрослой и детской одежды
5. Образцы тканей
6. Щетки одежные, для чистки обуви, нанесения крема

Раздел «Жилище»

1. Веник
2. Моющие и чистящие средства
3. Шкаф комбинированный для одежды
4. Щетки для мытья стен, радиаторов отопления, для пола

Раздел «Питание»

1. Доски разделочные
2. Кухонный гарнитур
3. Мойка с подводкой горячей и холодной воды
4. Набор кухонных ножей
5. Набор мисок
6. Набор столовых приборов
7. Набор эмалированных кастрюль
8. Наборы сервировочные (солонки, горчица, перечница)
9. Обеденная зона
10. Обеденный сервиз
11. Сушилка для посуды
12. Тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые
13. Хлебница
14. Холодильник «Атлант»
15. Чайник электрический «Bosch»
16. Чайный сервиз
17. Электроплита
18. Яйцезрезка

Раздел «Транспорт»

1. Знаки дорожного движения

2. Образцы проездных билетов
3. Плакаты с изображением наземного, воздушного, водного транспорта
4. Правила пользования автобусом

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Темы уроков	Дата проведения урока	Корректировка программы	Согласовано
	6 класс			
I. Личная гигиена.				
1.	Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания.			
2.	Правила личной гигиены. Профилактика заболеваний.			
3.	Вредные привычки. Курение. Употребление алкоголя.			
4.	Уход за ногами. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее бельё, носки, колготки).			
5.	Гигиенические требования правила письма, чтения, просмотра телепередач.			
II. Жилище.				
6.	Жилое помещение. Ваш дом. Гигиенические требования.			
7.	Виды жилых комнат, виды нежилых помещений.			
8.	Уборка жилого помещения (квартира\комнаты).			
9.	Практическая работа. Пылесос. Устройство. Правила пользования.			
10.	Практическая работа. Ежедневная уборка помещения.			
11.	Еженедельная уборка жилого помещения. Уход за полами.			

12.	Практическая работа. Еженедельная уборка жилого помещения. Уход за полами.			
III.	Культура поведения			
13.	Правила поведения в общественных местах.			
14.	Правила поведения в местах общественного питания.			
15.	Школьный этикет.			
16.	Проверочная работа за 1 четверть.			
IV. Питание				
17.	Режим питания.			
18.	Гигиена приготовления пищи.			
19.	Правила хранения продуктов. Холодильник.			
20.	Разновидности и полезные свойства чая.			
21.	Правила заваривания и подачи напитка.			
22.	Практическая работа. Заваривание чая.			
23.	Приготовление каш. Правила пользования плитой.			
24.	Ужин. Меню Ужина.			
25.	Сервировка стола к ужину.			
26.	Хлеб и хлебобулочные изделия. Вторичное использование черствого хлеба.			
27.	Приготовление бутербродов.			
28.	Практическая работа. Приготовление бутербродов.			
V.	Охрана здоровья			
29.	Виды медицинской помощи: доврачебная, врачебная.			
30.	Виды медицинских учреждений.			

31.	Работники медицинских учреждений.			
32.	Проверочная работа за 2 четверть.			
VI.	Одежда и обувь.			
33.	Значение опрятного вида человека.			
34.	Правила ухода за одеждой.			
35.	Мелкий ремонт одежды: инструменты, фурнитура.			
36.	Практическая работа. Пришивание пуговиц. Виду пуговиц.			
37.	Ручная стирка: правила и приёмы.			
38.	Глажение изделий. Правила пользования утюгом.			
39.	Уход за обувью в зависимости от материала.			
40.	Практическая работа. Уход за обувью.			
VII.	Транспорт.			
41.	Городской транспорт. Стоимость проезда, провоза багажа.			
42.	Правила пассажиров.			
43.	Безопасность пешеходов. Светоотражающие элементы на одежде.			
44.	Правила велосипедистов.			
45.	Городской наземный транспорт.			
46.	Средства индивидуальной мобильности. Правила безопасности.			
47.	Практическая работа. Правила безопасного маршрута «Дом-школа-дом».			
VIII.	Средства связи.			
48.	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Тарифы.			
49.	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон, компьютер). Тарифы.			

50.	Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма).			
51.	Виды почтовых отправлений (письмо, бандероль, посылка, денежный перевод, телеграмма).			
52.	Практическая работа. Правильное заполнение конверта Почты России по образцу.			
53.	Практическая работа. Правильное заполнение конверта Почты России по образцу.			
54.	Проверочная работа за 3 четверть.			
IX. Семья.				
55.	Семья. Роль семьи в жизни человека.			
56.	Место работы членов семьи, профессии.			
57.	Практическая работа. Составление семейного древа.			
58.	Практическая работа. Составление семейного древа.			
59.	Счастливая семья. Сказка Г.Х. Андерсена «Талисман».			
60.	Итоговый контроль по разделу «Семья».			
X. Торговля.				
61.	Продовольственные магазины.			
62.	Магазины промышленных товаров и их отделы.			
63.	Специализированные магазины.			
64.	Специализированные магазины промышленных товаров.			
XI. Жилище				
65.	Уход за комнатными растениями			
66.	Практическая работа. Уход за комнатными растениями.			
67.	Итоговый контроль за год.			
68.	Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».			

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Темы уроков	Дата проведения урока	Корректировка программы	Согласован о
	7 класс			
I. Питание				
1.	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значения кипячения молока.			
2.	Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты.			
3.	Овощи, плоды, ягоды. Правила хранения.			
4.	Первичная обработка овощей. Тепловая обработка овощей.			
5.	Тепловая обработка овощей.			
6.	Правила приготовления салатов.			
7.	Виды круп. Вредители круп.			
8.	Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на развес и в разлив.			
9.	Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках).			
10.	Экскурсия в специализированные продуктовые магазины.			
11.	Горячий завтрак. Блюда для завтрака. Виды каш.			
12.	Практическая работа. Приготовление каши на воде.			
13.	Практическая работа. Приготовление каши на молоке.			
14.	Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Составление меню для завтрака.			
15.	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.			

16.	Проверочная работа за 1 четверть.			
II. Личная гигиена				
17.	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами.			
18.	Виды моющих средств по уходу за волосами и телом.			
19.	Личная гигиена подростка (для девочек и мальчиков).			
20.	Практическая работа. Уход за кожей лица.			
III. Жилище				
21.	Кухонная мебель и оборудование.			
22.	Нагревательные приборы. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.			
23.	Электробытовые приборы на кухне.			
24.	Кухонное бельё: полотенца, скатерти, салфетки. Материалы, из которого изготовлено кухонное бельё.			
25.	Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения.			
26.	Практическая работа. Гигиенические требования к жилому помещению. Периодическая уборка помещения.			
27.	Практическая работа. Регулярная уборка и сезонная уборка помещения.			
IV. Семья				
28.	Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач.			
29.	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы, посещение спортивных секций.			
30.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.			
31.	Виды игр. Разучивание тихих и подвижных игр.			

32.	Проверочная работа за 2 четверть.			
V.Охрана здоровья				
33.	Виды доврачебной помощи.			
34.	Домашняя аптечка.			
35.	Лекарственные растения и препараты первой необходимости в домашней аптечке.			
36.	Виды, названия, способы хранения лекарственных растений и препаратов.			
37.	Настои и отвары, способы приготовления.			
38.	Первая помощь при травмах.			
39.	Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная.			
40.	Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги.			
VI.Одежда и обувь.				
41.	Правила и приёмы повседневного ухода за повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.			
42.	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.			
43.	Ручная и машинная стирка изделий.			
44.	Этапы ручной стирки.			
45.	Правила сушки и утюжки изделий из хлопчатобумажной ткани.			
46.	Практическая работа. Ручная стирка изделий из хлопчатобумажной ткани.			
47.	Устройство утюга. Правила пользования утюгом.			
48.	Практическая работа. Утюжка изделий из хлопчатобумажной ткани.			
49.	Прачечная. Виды услуг.			
50.	Чтение условных обозначений на этикетках.			
51.	Мелкий ремонт одежды. Штопка.			

52.	Мелкий ремонт одежды. Заплата.			
53.	Проверочная работа за 3 четверть.			
VII.Транспорт				
54.	Междугородний железнодорожный транспорт			
55.	Вокзалы, назначение, основные службы.			
56.	Платформа, перрон, путь. Расписание поездов.			
57.	Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.			
58.	Виды пассажирских поездов, виды вагонов.			
59.	Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты.			
60.	Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.			
61.	Виртуальная экскурсия на железнодорожный вокзал.			
VIII.Предприятия, учреждения, организации				
62.	Промышленные предприятия Усть-Цилемского района.			
IX.Средства связи				
63.	Бандероль. Посылка. Правила и стоимость отправления.			
64.	Экскурсия на почту.			
65.	Виды телефонной связи.			
66.	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.			
67.	Итоговый контроль за год.			
68.	Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».			

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Темы уроков	Дата проведения урока	Корректировка программы	Согласовано
	8 класс			
I. Личная гигиена				
1.	Негативное воздействие вредных факторов на организм человека.			
2.	Вредные привычки. О вреде курения.			
3.	Вредные привычки. О вреде алкоголя.			
4.	Просмотр фильма о вреде курения, алкоголя.			
II. Одежда и обувь.				
5.	Уход за одеждой из синтетических и шерстяных тканей.			
6.	Символы и условия правильного ухода за одеждой.			
7.	Практическое занятие. Стирка изделий из шерстяных тканей и синтетических тканей.			
8.	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.			
9.	Практическое занятие. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.			
10.	Правила и приемы глажения блузок и рубашек.			
11.	Практическая работа. Утюжка блузки, рубашки.			
12.	Правила пользования химчисткой. Прейскурант.			
13.	Виртуальная экскурсия в химчистку.			
14.	Ателье мелкого ремонта одежды.			
15.	Виртуальная экскурсия в ателье по ремонту одежды.			

16.	Проверочная работа за 1 четверть.			
III. Жилище				
17.	Уборка кухни.			
18.	Посудомоечная машина. Правила пользования.			
19.	Уборка санузла, ванной комнаты.			
20.	Стиральная машина. Правила пользования.			
IV. Семья				
21.	Грудной ребенок в семье. Кормление грудного ребенка.			
22.	Практическая работа. Купание грудного ребёнка (на кукле).			
23.	Практическая работа. Пеленание грудного ребенка (на кукле).			
24.	Уход за детской посудой, игрушками			
25.	Экскурсия в магазин. Предметы и вещи для грудного ребенка.			
26.	Прогулка с ребенком на свежем воздухе.			
V. Средства связи				
27.	Интернет-связь. Электронная почта.			
28.	Видео-связь. Особенности, значение, в современной жизни.			
VI. Предприятия, учреждения, организации				
29.	Образовательные учреждения района. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования.			
30.	Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия.			
31.	Экскурсия на местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия.			
32.	Проверочная работа за 2 четверть.			

VII. Питание				
33.	Виды тепловой обработки продуктов.			
34.	Классификация блюд. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.			
35.	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.			
36.	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения			
37.	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса.			
38.	Супы (виды, способы приготовления).			
39.	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий			
40.	Практическая работа. Приготовление первого блюда.			
41.	Мясные блюда (виды, способы приготовления).			
42.	Рыбные блюда (виды, способы приготовления).			
43.	Напитки. Приготовление напитка.			
44.	Виды теста: дрожжевое, слоёное, песочное			
45.	Мука, виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.)			
46.	Приготовление изделий из дрожжевого теста. Виды изделий из теста.			
47.	Меню. Меню в школьной столовой			
48.	Составление меню для обеда.			
49.	Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.			
50.	Практическая работа. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.			
51.	Проверочная работа за 3 четверть.			
VIII. Транспорт				
52.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал и его назначение.			
53.	Расписание, порядок приобретения			

	билетов.			
54.	Водный транспорт. Значение водного транспорта.			
55.	Пристань. Порт.			
56.	Аэровокзал. Службы аэровокзала.			
IX. Охрана здоровья.				
57.	Первая помощь при ушибах и травмах.			
58.	Практическая работа. Оказание первой помощи при ушибах, травмах (на кукле).			
59.	Первая помощь при обмороживании.			
60.	Первая помощь при отравлении.			
61.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.			
62.	Виды врачебной помощи на дому.			
63.	Вызов врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи.			
64.	Госпитализация. Амбулаторный прием.			
X. Жилище				
65.	Уход за комнатными растениями			
66.	Практическая работа. Уход за комнатными растениями.			
67.	Итоговый контроль за год.			
68.	Обобщающий урок по курсу «ОСЖ».			