

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики «Школа-интернат № 15»
для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено на заседании ШМО
Протокол № 1 от 30 августа 2023 г.
Руководитель ШМО

_____ Найденова Е.А.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4040M9000001KKX9ZRRT
Владелец: СИРАЕВ НАИЛ РАФИКОВИЧ
Действителен: с 12.04.2024 по 06.07.2025

Принято
Протокол педагогического совета
№ 1 от 31 августа 2023 г.

Утверждаю
Директор ГКОУ УР
«Школа-интернат № 15»
Приказ № 52/1 от 31.08.23 г.

_____ Сираев Н.Р.

**Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Основы социальной жизни»
для детей с ограниченными возможностями здоровья
(глухие обучающиеся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
5-9 классов (вариант 1)**

Составитель: Семенова Т.В.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>), и адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1, с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» разработана в соответствии с нормативными актами:

1. Примерная адаптированная общеобразовательная программа, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью и интеллектуальными нарушениями;
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.09. 2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников».
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 02.08.2022 г. № 653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
4. Программа специальной (коррекционной) образовательной школы для 5-9 классов, сборник 1, допущена Министерством образования РФ, под редакцией В.В. Воронковой, Москва: «Просвещение» 2018 г.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении Федеральной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
7. Санитарные правила СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». Постановление от 28.01.2021 № 2 Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителя и благополучия человека.
8. Устав Государственного казенного общеобразовательного учреждения Удмуртской Республики «Школа-интернат № 15» для детей с ограниченными возможностями здоровья».

Данная образовательная программа, адаптированная для обучения глухих детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), учитывающая особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию (вариант 1).

Настоящая программа предполагает использование учебников:

- В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 5 класс» (Москва, Владос, 2018),
В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 6 класс» (Москва, Владос, 2018),
В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 7 класс» (Москва, Владос, 2017),
В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 8 класс» (Москва, Владос, 2018),
В.П. Субчева «Социально-бытовая ориентировка, 9 класс» (Москва, Владос, 2018).

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

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

расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;

ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;

практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;

усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);

развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

По варианту 1 обучаются глухие обучающиеся с легкой формой интеллектуального нарушения, глухие школьники с задержкой психического развития церебрально-органического происхождения, в результате которой длительное время отмечается функциональная незрелость центральной нервной системы. Эта неоднородная группа детей относится к категории детей со сложной структурой дефекта. При сложной структуре дефекта нарушения слуха сочетаются с другими нарушениями и хроническими заболеваниями. Психическое развитие детей с сочетанными (комплексными) нарушениями происходит замедленно; при этом наблюдается значительное отставание познавательных процессов, детских видов деятельности, речи. Наиболее очевидно проявляется задержка в формировании наглядно-образного мышления. Особые трудности глухих школьников с ЗПР возникают при овладении речью. Их устную речь отличает воспроизведение отдельных звуко- и слога сочетаний, подкрепляемых естественными жестами и указаниями на предметы. Как правило, интерес к общению отсутствует. При овладении письменной формой речи также возникают значительные трудности. В психическом развитии таких школьников наблюдаются индивидуальные различия, обусловленные выраженностью интеллектуальных, эмоциональных, слуховых и речевых отклонений. Для многих из них характерны нарушения поведения; у других отмечается отставание в становлении различных видов деятельности. Так, предметная деятельность у большинства детей протекает на весьма низком уровне манипулирования, воспроизведения стереотипных игровых действий. Попытки самостоятельного рисования в основном сводятся к повторению изображений знакомых предметов либо к рисункам, выполненным по подражанию взрослому. Многие из этих детей имеют слабое физическое здоровье. Это дополнительно затрудняет их развитие, так как обуславливает повышенную утомляемость, нарушения внимания, памяти, поведения и требует медикаментозной коррекции и щадящего режима, как в повседневной жизни, так и в занятиях. Для этой категории школьников характерны детерминирующиеся особенности высшей нервной деятельности и темперамента, проявляющиеся в особом характере и низкой скорости протекания мыслительных процессов, невысокой работоспособности, что обуславливает низкий уровень учебных возможностей, снижение познавательной активности, отсутствие

мотивации к учебной деятельности происходит из-за не сформированности познавательных потребностей, а также из-за невысокого уровня волевого развития. Особые образовательные потребности глухих обучающихся с интеллектуальными нарушениями осложненные варианты нарушенного развития обуславливают особые образовательные потребности этих детей и требуют специальные условия организации педагогического пространства, то есть наличие специальной полифункциональной образовательной среды в образовательной организации. Подобная среда позволяет осуществить постоянный медицинский контроль и обеспечить психолого-педагогическое сопровождение с учетом индивидуального клинико-психолого-педагогического подхода, учитывающего особенности сложной структуры нарушения каждого глухого обучающегося с интеллектуальными нарушениями. Обучение и воспитание таких детей может проходить по адаптированным основным общеобразовательным программам, ориентированным на ведущее нарушение развития. Комплексное психолого-педагогическое обследование каждого ученика позволяет определить прогноз его развития, организовать процедуру его клиникопсихолого-педагогического сопровождения на разных этапах образования, как в школе, так и в семье. В структуру особых образовательных потребностей обучающихся входят: раннее получение специальной помощи средствами образования; обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого как через содержание предметных областей, так и в процессе коррекционной работы; научный, практико-ориентированный, действенный характер содержания образования; доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования; увеличение сроков освоения адаптированной основной образовательной программы начального общего образования; формирование и развитие словесной речи (в устной и письменной форме) при использовании в качестве вспомогательных средств общения и обучения дактильной и жестовой речи; формирование элементарных операций наглядно-образной мыслительной деятельности: сравнение, обобщение; специальная работа по формированию и развитию возможностей восприятия звучащего мира – слухового восприятия неречевых звучаний и речи, слухозрительного восприятия устной речи, ее произносительной стороны, формированию умения использовать свои слуховые возможности в повседневной жизни, правильно пользоваться звукоусиливающей аппаратурой, следить за ее состоянием, оперативно обращаться за помощью в случае появления дискомфорта; специальная работа по формированию и коррекции произносительной стороны речи; освоения умения использовать устную речь по всему спектру коммуникативных ситуаций (задавать вопросы, договариваться, выражать свое мнение, обсуждать мысли и чувства и т. д.), использовать тон голоса, ударение и естественные жесты, чтобы дополнить и уточнить смысл, умения вести групповой разговор; повышение уровня общего развития; коррекция познавательной деятельности с широкой опорой на предметнопрактическое обучение; обеспечение формирования жизненных компетенций, способствующих получению образования и социальной адаптации обучающихся: формирование жизненных компетенций: формирование элементарной картины мира: представлений о природе и жизни людей, навыков личной гигиены и самообслуживания, привитие простых социокультурных и трудовых до профессиональных навыков, воспитание культуры межличностных отношений: поведения со взрослыми и сверстниками в школе, дома, на улице и т. д. специальная помощь в осмыслении, упорядочивании, дифференциации и речевом опосредовании индивидуального жизненного опыта ребенка, «проработке» его впечатлений, наблюдений, действий, воспоминаний, представлений о будущем; учёт специфики восприятия и переработки информации при организации обучения и оценке достижений; специальная помощь в умении вступать в коммуникацию и для разрешения возникающих трудностей; обеспечение особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейро-динамики психических процессов обучающихся с

умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих доброжелательное и уважительное отношение к ним; развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающегося к обучению и социальному взаимодействию со средой; стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру.

Место предмета «Основы социальной жизни» в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на 272 часа в 5-9 классах из расчета:

в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю),

в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю),

в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю),

в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю),

в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

Личностные и предметные результаты освоения предмета

Изучение «Основ социальной жизни» в 5-9 классах направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения программы включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

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).

Планируемые предметные результаты:

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.

Требования к уровню подготовки обучающихся по данной программе.

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по «Основам социальной жизни» на конец школьного обучения

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 правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

Базовые учебные действия (БУД):

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

испытывать чувство гордости за свою страну;
гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
активно включаться в общепользующую социальную деятельность;
бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

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.

Содержание программы по учебному предмету «Основы социальной жизни»***Личная гигиена и здоровье.***

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.

Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики. Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения,

письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

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

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

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

Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

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

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

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

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

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

Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище

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

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.

Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных.

Ветеринарная служба.

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

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

техника безопасности.

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

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

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение.

Правила безопасного поведения в ванной комнате.

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

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

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

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

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми.

Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь

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

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.

Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей.

Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

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

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

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

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

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей.

Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

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

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп) и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

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

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

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

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

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

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

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности).

Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

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

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

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

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда.

Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

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

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

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. Учебно-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.

Оценка достижений учащихся.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения АООП ООО призвана решить следующие задачи: закреплять основные направления и цели оценочной деятельности, описание объекта и содержание оценки, критерии, процедуры и состав инструментария оценивания, формы представления результатов, условия и границы применения системы оценки; ориентировать образовательный процесс на духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, достижение планируемых результатов освоения содержания учебных предметов начального общего образования и формирование универсальных учебных действий; обеспечивать комплексный подход к оценке результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования, позволяющий вести оценку предметных, метапредметных и личностных результатов начального общего образования; предусматривать оценку достижений обучающихся (итоговая оценка обучающихся, освоивших адаптированную основную образовательную программу начального общего образования) и оценку эффективности деятельности образовательного учреждения; позволять осуществлять оценку динамики учебных достижений обучающихся и развития жизненной компетенции. Оценка предметных результатов связана с достижением планируемых результатов по данному предмету. Объектом оценки предметных результатов служит способность обучающихся решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи с использованием средств, относящихся к содержанию учебных предметов, в том числе на основе метапредметных действий.

Критерии оценивания знаний учащихся

Отметка «5» - выполнение заданий свыше 65 %

- правильно по заданию учителя проведено наблюдение;
- полно раскрыто содержание материала в объеме программы;
- задание выполнено по требованию;
- правильно даны определения;
- ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания.

Отметка «4» - выполнение заданий от 50% до 65 %

- раскрыто основное содержание материала с помощью дополнительных вопросов учителя;
- задание выполнено с незначительными ошибками;
- в основном правильно даны определения, но допущены нарушения последовательности изложения.
- ответ почти самостоятельный;

Отметка «3» - выполнение заданий до 50 %

- усвоено основное содержание материала;
- определения понятий не четкие;
- в заданиях допущены ошибки;
- допущены ошибки и неточности в изложении.

Отметка «2» - выполнено менее 35 %.

При освоении обучающимся программы на 35% и выше считается, что он усвоил программу на достаточном уровне; при освоении обучающимся программы менее 35% - усвоил программу на минимальном (недостаточном) уровне.

ИТОГОВЫЕ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ УЧАЩИХСЯ.

1. За учебную четверть и за год знания учащихся оцениваются одним баллом.
2. При выставлении итоговой оценки учитывается как уровень знаний учащихся, так и овладение ими практическими умениями.
3. Основанием для выставления итоговой оценки служат: результаты наблюдений учителя за повседневной работой ученика, устного опроса, текущих и итоговых контрольных работ.

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ урока	Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1	Вводный урок «Социально-бытовая ориентировка».	1	Электронный учебник «Социально-бытовая ориентировка 5 класс», В.П. Субчева ISBN: 978-5-691-01882-4
	Личная гигиена	4	
2	Правила личной гигиены.	1	
3	Вводная контрольная работа	1	
4	Уход за волосами.	1	
5	Ваше лицо и прическа.	1	
6	Берегите зрение.	1	
	Одежда и обувь	4	
7	Виды одежды и обуви.	1	
8	Назначение одежды и обуви.	1	
9	Уход за одеждой.	1	
10	Уход за обувью.	1	
	Питание	8	
11	Продукты питания и их значение.	1	
12	Золотые правила питания и приготовление пищи. Советы доктора Айболита.	1	
13	Бутерброды.	1	
14	Салаты - самая здоровая пища.	1	
15	Заваривание чая. Лесные чаи.	1	
16	Творог - ценный продукт питания.	1	
17	Порядок на кухне. Уход за посудой, кухонными принадлежностями и	1	

	приборами.		
18	Сервировка стола к завтраку. Контрольная работа.	1	
	Семья	4	
19	Семья, родственные отношения в семье (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).	1	
20	Состав семьи учащихся. Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни рождения их.	1	
21	Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.	1	
22	Составление родового древа.	1	
	Культура поведения	4	
23	Школа хороших манер. В чём секрет волшебных слов?	1	
24	Поведение в школе.	1	
25	Поведение дома.	1	
26	Поведение в столовой.	1	
	Жилище	3	
27	Виды жилых помещений в городе, деревне.	1	
28	Правила уборки комнаты. Уроки Золушки.	1	
29	Почтовый адрес дома и школы-интерната.	1	
	Здоровье	2	
30	Можно ли дожить до ста лет? Что нужно для этого?	1	
31	Кто помогает мне сохранить здоровье?	1	
	Транспорт		
32	Правила ожидания и поведения в общественном транспорте.	2	
33	Итоговая контрольная работа	1	
	Торговля	1	
34	Виды магазинов. Их назначение. Поведение в магазине.	1	

6 класс

№ урока	Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
	Личная гигиена	4	Электронный учебник «Социально-бытовая ориентировка 6 класс», В.П. Субчева ISBN: 978-5-691-01879-4
1	Закаливание организма	1	
2	Уход за руками.	1	
3	Вводная контрольная работа.	1	
4	Ноги тоже требуют ухода	1	
	Одежда и обувь	6	
5	Правила безопасной работы иглой. Мелкий ремонт одежды.	1	
6	Пришивание пуговиц, вешалок, крючков.	1	
7	Правила безопасной работы ножницами.	1	
8	Правила безопасности работы электрическим утюгом.	1	

9	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных тканей и шёлковых тканей.	1
10	Утюжка изделий со строгим соблюдением безопасной работы.	1
11	Питание	6
12	Режим питания	1
13	Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы с режущими инструментами и кипятком.	1
14	Правила пользования электрической и газовой плитами.	1
15	Меню ужина. Сервировка стола.	1
16	Правила хранения продуктов питания.	1
17	Ах, эта каша. Приготовление каш.	1
	Семья	2
18	Семья.	1
19	Счастливая семья.	1
	Культура поведения	2
20	Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).	1
21	Правила поведения за столом.	1
	Жилище	3
22	Ваш дом. Уборка квартиры.	1
23	Уход за полом. Пылесос – помощник в доме.	1
24	Детские учреждения.	1
	Транспорт	2
25	Транспорт – наш помощник.	1
26	Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Проездные билеты: разовый, единый.	1
	Торговля	2
27	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.	1
28	Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товаров.	1
	Средства связи	2
29	Основные средства связи. Почта, телеграф, телефон. Виды почтовых отправок (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы).	1
30	Написание адреса и индекса на почтовых конвертах, заполнение бланков	1
	Медицинская помощь	2
31	Медицинские учреждения: поликлиника, диспансер, аптека, больница. Их назначение.	1
	Виды медицинской помощи. Приобретение	1

	лекарств.		
32	Итоговая контрольная работа	1	
	Учреждения и организации	2	
33	Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа. ДДТ). Их назначения.	1	
34	Экскурсия.	1	

7 класс

№ урока	Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
	Личная гигиена	5	Электронный учебник «Социально-бытовая ориентировка 7 класс», В.П. Субчева ISBN: 978-5-691-01877-0
1	Гигиена кожи.	1	
2	Уход за кожей подростка.	1	
3	Уход за волосами	1	
4	Здоровый образ жизни.	1	
5	Вводная контрольная работа	1	
	Одежда и обувь	5	
6	Ремонт одежды. Штопка. Наложение заплат	1	
7	Правила безопасной работы иглой. Правила безопасной работы ножницами.	1	
8	Что такое стирка. Стирка хлопчатобумажных и льняных тканей	1	
9	Устройство стиральной машины.	1	
10	Правила безопасной работы электрическим утюгом. Глажение.	1	
	Культура поведения	7	
11	Основы современного этикета.	1	
12	Правила гостеприимства.	1	
13	Урок игра "Прием гостей"	1	
14	Подарки. Правила оформления.	1	
15	Контрольная работа.	1	
16	Культура речи. Домашняя библиотека. Словарный запас.	1	
17	Культура речи. Чувство юмора.	1	
	Питание	13	
18	Роль и место обеда в дневном рационе питания.	1	
19	Супы. Пассировка овощей.	1	
20	Общие правила при изготовлении заправочных супов.	1	
21	Приготовление рыбных блюд.	1	
22	Приготовление мясных блюд.	1	
23	Приготовление мясных котлет.	1	
24	Приготовление плова.	1	
25	Салаты - основа питания.	1	
26	Составление меню обеда.	1	
27	Сервировка стола к обеду.	1	
28	Сервировка стола к ужину.	1	

29	Правила безопасной работы при приготовлении пищи.	1
30	Меню на день и неделю.	1
	Жилище	6
31	Виды мебели и уход за ней.	1
32	Ежедневная уборка помещения.	1
33	Генеральная уборка жилого помещения.	1
34	Борьба с вредными насекомыми и грызунами.	1
35	Подготовка квартиры к зиме. Утепление окон.	1
36	Чистка и мытье оконных стекол и зеркал.	1
	Семья	5
37	Семья. Члены семьи.	1
38	Взаимоотношения в семье	1
39	Школа и семья.	1
40	Помощь родителям и воспитателям по уходу за младшими детьми.	1
41	Бюджет семьи. Виды и источники дохода.	1
	Транспорт	6
42	Междугородный железнодорожный транспорт.	1
43	Железнодорожный вокзал.	1
44	Приобретение билетов.	1
45	Типы вагонов.	1
46	Правила безопасного поведения на железной дороге.	1
47	Экскурсия на железнодорожный вокзал.	1
	Средства связи	4
48	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон).	1
49	Виды почтовых и телеграфных услуг.	1
50	Экскурсия на телеграф.	1
51	Правила оформления почтовых и телеграфных бланков, квитанций, оставление текстов телеграмм.	1
	Медицинская помощь	8
52	Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах.	1
53	Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей.	1
54	Домашняя аптечка. Термометр.	1
55	Первая медицинская помощь при простудном заболевании.	1
56	Чем лечит народная медицина?	1
57	Аптека в лесу, огороде, в саду.	1
58	Уход за больными в домашних условиях.	1
59	Уход за больными в домашних условиях.	1
	Природа и человек	6
60	Правила пересадки комнатных растений.	1
61	Подкормка комнатных растений.	1

62	Комнатные растения. Борьба с вредителями и болезнями.	1	
63	Экологические рейд на пришкольный участок.	1	
64	Дикорастущие съедобные растения в нашем питании.	1	
65	Итоговая контрольная работа.	1	
	Учреждения и предприятия	3	
66	Фабрики, заводы, комбинаты.	1	
67	Очистные сооружения города.	1	
68	Экскурсия.	1	

8 класс

№ урока	Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
	Личная гигиена	4	Электронный учебник «Социально-бытовая ориентировка 8 класс», В.П. Субчева ISBN: 978-5-691-01878-7
1	Уход за кожей. Уход за волосами. Уход за ногтями.	1	
2	Урок игра "Посещения парикмахерской"	1	
3	Как избавиться от неприятного запаха. Как избавиться от угрей.	1	
4	Вводная контрольная работа	1	
	Торговля	5	
5	Рынки. Виды рынков.	1	
6	Посещения городского рынка.	1	
7	Различие рынка от магазинов.	1	
8	Правила выбора товара.	1	
9	Правила хранения товара.	1	
	Одежда	6	
10	Уход за одеждой.	1	
11	Виды тканей.	1	
12	Символы на этикетках.	1	
13	Выведение пятен на одежде.	1	
14	Уход за сезонной одеждой и обувью.	1	
15	Правила глажения белья.	1	
	Средства связи	2	
16	Телефон. Телефонная книга.	1	
17	Правила пользования. Культура речи. Телефон доверия.	1	
	Питание	8	
18	Консервирование фруктов и ягод.	1	
19	Яблоки, груши, абрикосы, персики.	1	
20	Сливы и черешня	1	
21	Клубника, земляника, малина, ежевика	1	
22	Смородина, крыжовник	1	
23	Черника, голубика, брусника.	1	
24	Варенье из фруктов.	1	
25	Варенье из овощей.	1	
	Экономика домашнего хозяйства	8	
26	Бюджет семьи.	1	

27	Основные статьи дохода	1
28	Основные статьи расхода.	1
29	Контрольная работа	1
30	Оздоровление членов семьи.	1
31	Повышение уровня культуры.	1
32	Доверенности. Составление доверенностей.	1
33	Составление доверенностей.	1
	Жилище	8
34	Рациональная расстановка мебели в спальне. Интерьер.	1
35	Рациональная расстановка мебели в детской комнате. Интерьер.	1
36	Обустройство кухни и санузла.	1
37	Бытовая химия для кухни и санузла.	1
38	Уход за кухней и санузлом.	1
39	Обустройство гостиной и прихожей комнат.	1
40	Обустройство единственной жилой комнаты.	1
41	Сохранение жилищного фонда.	1
	Семья	6
42	Подготовка к рождению ребёнка.	1
43	Особенности развития новорожденного.	1
44	Уход за новорождённым.	1
45	Кормление. Гигиена новорождённого.	1
46	Закаливание грудного ребёнка. Развитие навыков.	1
47	Эмоциональное развитие.	1
	Культура	4
48	Межличностные отношения.	1
49	Знакомство. Товарищество.	1
50	Культура общения.	1
51	Приятельство. Дружба.	1
	Здоровье	4
52	Укрепление нервной системы.	1
53	Укрепление здоровья.	1
54	Профилактика заболеваний сердечно - сосудистой системы.	1
55	Профилактика заболеваний сердечно - сосудистой системы.	1
	Человек и природа	4
56	Правила заготовки дикорастущих лекарственных растений.	1
57	Правила заготовки дикорастущих съедобных растений.	1
58	Экологический рейд на природу.	1
59	Итоговая контрольная работа.	1
	Транспорт	4
60	Междугородний автотранспорт.	1
61	Автовокзал.	1

62	Правила поведения в общественном транспорте.	1	
63	Правило приобретения билетов на автотранспорт	1	
	Торговля	5	
64	Специализированные магазины	1	
65	Правила поведения в магазине.	1	
66	Кто работает в магазине.	1	
67	Экскурсия в магазин.	1	
68	Обобщающий урок.	1	

9 класс

№ урока	Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
	Личная гигиена	2	Электронный учебник «Социально-бытовая ориентировка 9 класс», В.П. Субчева ISBN: 978-5-691-01876-3
1	О вреде курения, наркотиков.	1	
2	О вреде алкоголя.	1	
	Одежда	6	
3	Мода - зеркало прошлого, настоящего, будущего (история моды).	1	
4	Стиль одежды.	1	
5	Обновление (замена мелких деталей).	1	
6	Выбор одежды при покупке.	1	
7	Вводная контрольная работа	1	
8	Мужская и женская одежда.	1	
	Жилище	7	
9	Ремонт жилища: побелка, окраска.	1	
10	Ремонт жилища: оклеивание стен обоями.	1	
11	Азбука безопасности дома.	1	
12	Поведение в экстремальной ситуации.	1	
13	Экология жилища.	1	
14	Содержание и уход за домашними животными.	1	
15	Содержание и уход за домашними животными.	1	
	Питание	8	
16	Подготовка плодов и овощей к консервированию.	1	
17	Подготовка инвентаря и травы.	1	
18	Способы консервирования со стерилизацией.	1	
19	Рецепты приготовления капусты на зиму.	1	
20	Огурцы. Способы заготовки огурцов.	1	
21	Помидоры. Способы заготовки помидоров.	1	
22	Приготовление фруктового салата.	1	
23	Сервировка праздничного стола.	1	
	Семья	17	
24	Какой она должна быть, моя будущая семья?	1	
25	Химера.	1	

26	Рождение семьи. Её функции.	1
27	Зачем регистрируется брак? Свадьба.	1
28	Микроклимат семьи.	
29	Быт и семейный бюджет. Бюджет семьи.	1
30	Основные статьи расходов.	1
31	Резервы экономии. Рекомендации.	1
32	Расходы на питание.	1
33	Планирование крупных покупок.	1
34	Содержание жилища.	1
35	Оплата жилой площади и коммунальных услуг.	1
36	Расходы, связанные с удовлетворением духовных и социальных потребностей, некоторые текущие расходы.	1
37	Расходы, связанные с надомным трудом и ведением личного подсобного хозяйства.	1
38	Сбережения. Их назначение.	1
39	Хранение денег в Сберегательном банке. Виды вкладов.	1
40	Кредит. Государственное страхование.	1
	Культура	6
41	Прием гостей и правила хорошего тона в общении с другими людьми.	1
42	Как правильно вести себя в общественных местах.	1
43	Рациональная расстановка мебели в квартире.	1
44	Сохранение жилищного фонда.	1
45	Подсчет расходов на косметический ремонт.	1
46	Косметический ремонт.	1
	Здоровье	5
47	Рациональное питание.	1
48	Составление меню.	1
49	Очищение организма (пост, голодание, баня и др.).	1
50	Здоровый образ жизни.	1
51	Здоровые и вредные привычки.	1
	Транспорт	4
52	Авиатранспорт.	1
53	Маршруты авиатранспорта.	1
54	Порядок приобретения билетов.	1
55	Экскурсия на аэропорт.	1
	Торговля	3
56	Рынок. Виды рынков.	1
57	Обобщающий урок.	1
58	Итоговая контрольная работа	1
	Средства связи	3
59	Виды денежных переводов.	1
60	Современные виды связи.	1
61	Правила поведения в социальных сетях.	1

	Медицинская помощь	3	
62	Инфекционные заболевания.	1	
63	Уход за лежачим больным.	1	
64	Листок нетрудоспособности.	1	
	Трудоустройство	4	
65	«Где работать мне тогда, чем заниматься?»	1	
66	Шаг к будущей профессии.	1	
67	Моя будущая профессия.	1	
68	Обобщающий урок.	1	