



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга  
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа №17**

**Невского района Санкт-Петербурга**

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1

тел./факс 417-55-60 тел. 417-55-58

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

**ПРИНЯТО**

на Педагогическом совете

Протокол № 1 от 30.08.24г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор ГБОУ школа №17

\_\_\_\_\_ Сандеева С.В.

Приказ № 222-ш от 02.09.2024 года

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Предметная область «Человек и общество»

Вид программы: Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

8а класса

Разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1

Составила: Бигуненко О.В.

Санкт-Петербург

2024

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» для обучающихся 8а класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализует требования в предметной области «Человек и общество» Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 8 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часа в год (2 часа в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- 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.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 8 классе определяет следующие задачи:

– формирование знаний о здоровом образе жизни, его влиянии на организм человека;

– формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

– формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;

– формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;

– формирование умения самостоятельно готовить несложные знакомые блюда;

– формирование умения самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;

– формирование знаний об особенностях соблюдения личной гигиены подростка;

– формирование умений соблюдение техники безопасности при работе с чистящими и моющими средствами и электробытовыми приборами;

– формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

– формирование умений использовать навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);

– формирование умений самостоятельно пользоваться услугами бытовых учреждений.

**Цель курса:** практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

**Задачи курса:**

- 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.

#### **Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Направление внеурочной деятельности	Название курса внеурочной деятельности	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Человек и общество	Основы социальной жизни	68	2

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

### **2. Планируемые результаты освоения курса**

#### **Личностные результаты:**

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

### **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 педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

#### Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- 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);
- 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 педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

### **3.Содержание учебного курса**

**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): 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), 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 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), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная).

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); 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. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление печенья.

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 образовательную организацию. 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 организации. 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.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

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

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

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

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

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.

<b>Раздел программы</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Контрольная работа</b>
1. Личная гигиена и здоровье.	8	-
2. Охрана здоровья.	8	1
3. Жилище.	8	-
4. Одежда и обувь.	8	1
5. Питание.	14	-
6. Семья.	8	1
7. Средства связи.	4	-
8. Предприятия, организации, учреждения.	6	-
9. Транспорт.	4	1
<b>Итого за год:</b>	<b>68</b>	<b>4</b>

#### **4. Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса**

Средства ИКТ:

- Компьютер – на рабочем месте учителя;
- Колонки;
- Мультимедийный проектор;

- Интерактивная доска;
- Принтер.

Цифровые образовательные ресурсы:

- Цифровые образовательные ресурсы;
- Электронные хрестоматии и энциклопедии;
- Перечень поисковых систем;
- Коллекция цифровых образовательных ресурсов;
- Перечень Интернет-сайтов;
- Интерактивные наглядные пособия.
- Экранно-звуковые средства:
- Аудиозаписи в соответствии с программой обучения;
- CD-диски с фильмами и мультфильмами, соответствующими тематике учебных курсов;
- Слайды (мультимедийные презентации), соответствующие тематике учебных курсов)

Учебно-практическое оборудование:

- Таблицы предметного содержания в соответствии с программой обучения;
- Плакаты по основным темам;
- Карточки предметного содержания;
- Бытовые приборы;
- Посуда;
- Муляжи изучаемых объектов;
- Предметы быта.

### Календарно-тематическое планирование по основам социальной жизни

№ п/п	Дата план.	Дата корр.	Кол-во часов, отведенных на тему	Тип урока	Тема урока	Содержание видов учебной деятельности	Вид контроля
<b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА И ЗДОРОВЬЕ - 8ч.</b>							
1.			1	Урок рефлексии.	Здоровый образ жизни (ЗОЖ).	Распорядок дня. Правильное питание. Занятия спортом. Словарная работа: Рациональное питание, полноценный отдых, холодное закаливание.	Эмоциональный контроль с целью создания позитивных эмоций.
2			1	Урок рефлексии.	Распорядок дня. Практическая работа: «Мой распорядок дня».	Повторение понятия «личная гигиена». Ее значение для здоровья и жизни человека. Соблюдение правил и приемов выполнения утреннего и вечернего туалета. Сохранение	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						здоровья человека Словарная работа: гигиена. Практическая работа: «Мой распорядок дня».	
3				Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за кожей лица.	Определение типа кожи: нормальная, жирная, сухая, комбинированная. Уход за кожей в зависимости от типа кожи. Косметические средства по уходу за кожей лица. Словарная работа: косметолог.	Текущий опрос, ответы на вопросы.
4			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: «Вечерний уход за кожей лица».	Личная гигиена: уход за кожей лица. Практическая работа: «Вечерний уход за кожей лица».	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
5			1	Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за проблемной кожей лица.	Уход за жирной кожей. Маски для лица при повышенном салоотделении (себума) и угревой сыпи.	Текущий опрос, ответы на вопросы.

						Словарная работа: косметолог, дерматолог.	
6			1	Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за волосами.	Уход за волосами: Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные волосы. Сушка волос. Уход за кожей головы при перхоти. Словарная работа: шампунь, кондиционер, бальзам, фен, массажная щетка, трихолог.	Текущий опрос, ответы на вопросы.
7			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение пройденного материала по теме «Личная гигиена и здоровье».	Письменная проверочная работа.
8			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Личная гигиена и здоровье».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
<b>ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ – 8ч.</b>							
9			1	Урок общеметодологической направленности.	Первая помощь при несчастных случаях: ожог, обморожение.	Телефон экстренной помощи 112.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						<p>Степени обморожений и ожогов. Последствия обморожений и ожогов.</p> <p>Оказание первой помощи при ожогах, обморожениях.</p> <p>Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.</p> <p>Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.</p> <p>Телефон экстренной помощи 112.</p>	
10			1	Урок рефлексии	<p>Практическая работа.</p> <p>Оказание первой помощи при ожогах.</p>	<p>Телефон экстренной помощи 112.</p> <p>Повторение оказания первой помощи при ожогах.</p> <p>Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.</p>	<p>Контроль за действиями учащихся.</p> <p>Взаимопомощь и взаимопроверка.</p>
11			1	Урок общеметодологической направленности.	<p>Первая помощь при несчастных случаях: отравление, тепловой и солнечный удар.</p>	<p>Телефон экстренной помощи 112.</p> <p>Оказание первой помощи при отравлении, тепловом и</p>	<p>Текущий опрос.</p> <p>Ответы на вопросы.</p>

						солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.	
12			1	Урок общеметодологической направленности.	Глистные заболевания и меры по предупреждению.	Глистные заболевания. Меры предупреждения глистных заболеваний.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
13			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение материала по пройденной теме «Охрана здоровья».	Письменная проверочная работа.
14			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Охрана здоровья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
15			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Контрольная работа.
16			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение материала по пройденной темам «Личная гигиена и здоровье» и «Охрана здоровья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
<b>ЖИЛИЩЕ – 8ч.</b>							

17			1	Урок открытия нового знания.	Уборка кухни.	Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления для уборки кухни. Правила и ТБ при уходе за бытовыми приборами.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
18			1	Урок общеметодологической направленности.	Уборка санузла, ванны.	Уборка санузла, ванны. Правила и периодичность уборки санузла: ванна, унитаз, раковина. Моющие средства, используемые при уборке санузла, ванны. Техника безопасности при работе с моющими средствами.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
19			1	Урок общеметодологической направленности.	Правила мытья кафельных стен. Моющие средства и приспособления.	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла, ванны.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
20			1	Урок общеметодологической направленности.	Коммунальные услуги.	Коммунальные услуги.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						Электричество, газ, отопление, вывоз мусора, оплата за жилье. Стоимость услуг.	
21			1	Урок открытия нового знания.	Онлайн сервисы при оплате коммунальных услуг.	Онлайн сервисы (мобильные приложения) при оплате коммунальных услуг. Функции приложений: ввод показаний счетчиков, оплата услуг, автоплатеж, история платежей, оборудование.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
22			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Составление поэтапного плана по оплате коммунальных услуг.	Практическая работа: Составление поэтапного плана по оплате коммунальных услуг.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
23			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение материала по пройденной теме «Жилище».	Письменная проверочная работа.
24			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Жилище».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

**ОДЕЖДА И ОБУВЬ -8ч.**

25			1	Урок открытия нового знания.	Покупка обуви.	Покупка обуви в магазине или онлайн. Выбор обуви в зависимости от сезона и цели предназначения. Правила выбора размера обуви. Стоимость обуви. Словарная работа: онлайн, размерная сетка.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
26			1	Урок рефлексии.	Практикум. Выбор своего размера обуви.	Снятие мерок. Определение размера обуви.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
27			1	Урок открытия нового знания.	Покупка одежды.	Покупка одежды в магазине или онлайн. Выбор одежды в зависимости от сезона и цели предназначения. Правила выбора размера одежды. Стоимость обуви. Словарная работа: онлайн, размерная сетка.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
28			1	Урок рефлексии.	Практикум. Выбор своего размера одежды.	Снятие мерок. Определение размера одежды.	Контроль за действиями учащихся.

							Взаимопомощь и взаимопроверка.
29			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение.	Повторение и обобщение материала по пройденной темам «Жилище» и «Одежда и обувь».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
30			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Контрольная работа.
31			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение и обобщение материала по пройденной темам «Жилище» и «Одежда и обувь».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
32			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: составление поэтапного плана по выбору и покупки одежды и обуви.	Повторение материала по пройденной темам «Жилище» и «Одежда и обувь».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
<b>ПИТАНИЕ -14ч.</b>							
33			1	Урок рефлексии.	Повторение значений продуктов питания для здоровья человека. Гигиена приготовления пищи. Кухонная посуда,	Повторение значений продуктов питания для здоровья человека. ПП питание. Гигиена приготовления пищи.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.

					приборы, приспособления и их назначение.	Кухонная посуда, приборы, приспособления и их назначение.	
34			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: составление меню на завтрак.	ППП питание. Практическая работа: составление вариантов меню на завтрак.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
35			1	Урок открытия нового знания.	Расчет стоимости продуктов для меню на завтрак.	Составление списка необходимых продуктов для приготовления меню на завтрак. Расчет стоимости продуктов.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
36			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: «Расчет стоимости продуктов для меню на завтрак».	Практическая работа: «Расчет стоимости продуктов для меню на завтрак».	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
37			1	Урок открытия нового знания.	Сохранение фруктов и ягод. Замораживание и сушка.	Заготовка продуктов впрок. Правила заморозки и сушки фруктов и ягод.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
38			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: приготовление компота из замороженных ягод.	Правила работы горячими с жидкостями и продуктами. Приготовление компота из замороженных ягод.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						Подача готового блюда.	
39			1	Урок открытия нового знания.	Сохранение фруктов и ягод. Консервирование. Компоты. Варенье.	Приготовление консервированного компота и варенье из фруктов и ягод. Стерилизация банок. Рецепты. Словарная работа: консервирование, стерилизация.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
40			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: приготовление апельсинового варенья пятиминутка.	Приготовление варенья из апельсина.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
41			1	Урок открытия нового знания.	Десерты без выпечки. Пирожное «картошка».	Варианты десертов без выпечки. Приготовление пирожное «картошка». Расчет стоимости продуктов. Подача блюда.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
42			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: приготовление пирожное «картошка».	Практическая работа: приготовление пирожное «картошка».	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

43			1	Урок открытия нового знания.	Десерты без выпечки. Торт из шоколадного печенья с банановым кремом.	Варианты десертов без выпечки. Приготовление торта из шоколадного печенья с банановым кремом. Расчет стоимости продуктов. Подача блюда.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
44			1	Урок рефлексии.	Практическая работа. Приготовление торта из шоколадного печенья с банановым кремом.	Практическая работа: Приготовление торта из шоколадного печенья с банановым кремом.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
45			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Питание». Тестирование.	Письменная проверочная работа.
46			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Питание».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
<b>СЕМЬЯ -8ч.</b>							
47			1	Урок открытия нового знания.	Семейный бюджет (ФГ). Планирование крупных покупок.	Понятие о бюджете. Бюджет семьи, источники дохода и расхода семьи. Планирование крупных покупок.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.

48			1	Урок открытия нового знания.	Банки. Кредитование.	Банки. Для чего нужен банк. Кредит в банке.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
49			1	Урок открытия нового знания.	Семейный досуг как средство укрепления здоровья.	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
50			1	Урок открытия нового знания.	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.	Уход за грудным ребенком. Предметы ухода за ребенком. Купание, питание, одевание, прогулка грудного ребенка.	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
51			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Семья».	Письменная проверочная работа.
52			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Семья».	Взаимопомощь и взаимопроверка. Решение ситуационных задач.
53			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.	Повторение и закрепление пройденного материала по	Контрольная работа.

						темам «Питание» и «Семья».	
54			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по темам «Питание» и «Семья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
<b>Средства связи -4ч.</b>							
55			1	Урок открытия нового знания.	Общение по телефону. Осторожно мошенники!	Правила и безопасность общения по телефону. Осторожно мошенники!	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Решение ситуационных задач.
56			1	Урок рефлексии.	Практикум. Приглашение в гости по телефону.	Практикум.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
57			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление изученной темы «Средства связи». Тестирование.	Тестирование.
58			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление изученной темы «Средства связи».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
<b>ПРЕДПРИЯТИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, УЧРЕЖДЕНИЯ -6ч.</b>							

59			1	Урок открытия нового знания .	Госучреждения: управа, префектура, полиция, МФЦ.	Госучреждения: управа, префектура, полиция. Их отделы.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
60				Урок открытия нового знания .	Сайт госуслуг.	Сайт и мобильное приложение «Госуслуги». Функции приложения: Подача заявлений, запись к врачу.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
61			1	Урок открытия нового знания .	Строительные предприятия. Профессии.	Строительные предприятия: дорожные, кораблестроительные, стройка домов. Профессии которые задействованы в процессе строительства: сварщики, каменщики, маляры.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
62			1	Урок открытия нового знания .	Транспортно-экспедиторские предприятия. Профессии.	Транспортно-экспедиторские компании. Компания «Яндекс. Доставка». Профессии: водитель, экспедитор, курьер.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

63			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «предприятия, организации, учреждения».	Тестирование.
64			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «предприятия, организации, учреждения».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
<b>ТРАНСПОРТ-4ч.</b>							
65			1	Урок открытия нового знания	Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание. Порядок приобретения билета.	Междугородный автотранспорт, автовокзал. Его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билета. Стоимость проезда до условного пункта назначения.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
66			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: «Поездка к морю».	Составление маршрута до предполагаемого места отдыха. Выбор транспорта.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						Покупка он-лайн билета. Расчет стоимости.	
67			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа		Годовая контрольная работа.
68			1	Урок развивающего контроля.	Подведение итогов по изученному материалу за год.	Подведение итогов по изученному материалу за год.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

