

Утверждена в составе АООП ООО  
обучающихся с умственной  
отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
вариант 1  
Директор Паньшина О.В.  
Приказ № 277 от 02.09.2024

Адаптированная рабочая программа  
по учебному предмету «Основы социальной жизни»  
для 5- 9 классов  
на 2024-2025 учебный год

#### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 7  
класса разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;

- программы формирования базовых учебных действий;  
с учетом:
- примерной АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / Министерство образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2017;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.; в 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2014.- Сб.1. - 224 с..

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.
- повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

## **I. Общая характеристика учебного предмета**

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ориентирована на:

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

Структура программы представлена следующими разделами:

- Личная гигиена.
- Одежда.
- Питание.
- Семья.

- Культура поведения .
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Средства связи.
- Медицинская помощь.
- Учреждения, организации и предприятия.

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

На уроках "Основы социальной жизни" используются следующие методы:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

Методы и формы позволяют корректировать познавательную деятельность: наблюдательности, воображения, внимания, памяти и устной речи. Способствует развитию самостоятельности учащихся при выполнении заданий, постепенно подготавливает их труду и самостоятельной жизни.

Занятия по данной рабочей программе тесно связаны с такими предметами как: "Русский язык", "Чтение", "Математика", "Природоведение", "География", "Биология", "Естествознание" и "Ручной труд".

На занятиях по "Основам социальной жизни" следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках "Русского языка". На всех этапах занятия в связи с изученным материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умение детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

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

В соответствии с учебным планом МБОУ СОШ №1, учебный предмет "Основы

социальной жизни" представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 7 классе составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

#### **IV. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

##### **Личностные результаты:**

- 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 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 эстетических 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:**

<b>Минимальный уровень</b>	<b>Достаточный уровень</b>
<b>Личная гигиена</b>	

<p>Рассказывать о правилах личной гигиены.</p> <p>Называть санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Рассказывать о правилах смены одежды, нательного и постельного белья.</p> <p>Различать индивидуальные предметы гигиены.</p>	<p>Соблюдать и выполнять правила личной гигиены подростка.</p> <p>Характеризовать индивидуальные предметы гигиены.</p> <p>Выполнять санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной и унитазом.</p> <p>Соблюдать правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p>
<b>Одежда</b>	
<p>Выполнять мелкий ремонт одежды под руководством учителя.</p> <p>Знать особенности стирки цветного и белого белья.</p> <p>Рассказывать правила пользования моющими средствами.</p> <p>Рассказывать о последовательности и особенности утюжки одежды из различных тканей.</p> <p>Называть предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p>	<p>Ремонтировать разорванные места одежды.</p> <p>Стирать белое белье вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Гладить одежду и белье.</p> <p>Называть правила пользования моющими средствами.</p> <p>Знакомится с устройством стиральной машины и правилами пользования ею.</p> <p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Характеризовать предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Рассказывать о правилах подготовке вещей к сдаче в чистку.</p>
<b>Питание</b>	
<p>Рассказывать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Называть электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p> <p>Готовить обед, оформлять готовые блюда,</p>	<p>Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Использовать электробытовые приборы при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывать о способах и последовательности обработки овощных, мясных и рыбных продуктов.</p>

сервировать стол под руководством учителя.	Характеризовать последовательность приготовления блюд. Готовить обед Оформлять готовые блюда. Сервировать стол к обеду.
<b>Семья</b>	
Одевать малышей на прогулку. Помогать малышам при уборке игрушек. Разучивать тихие и подвижные игры.	Владеть навыками оказания помощи родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры.
<b>Культура поведения</b>	
Рассказывать о правилах поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.	Объяснять правила поведения при встрече, в гостях, при вручении и приеме подарков.
<b>Жилище</b>	
Выполнять элементарную уборку помещения. Называть моющие средства, используемые при уборке и мытье окон. Рассказывать о правилах ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Ухаживать за животными.	Производить регулярную и сезонную уборку жилого помещения. Различать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия. Объяснять правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме. Рассказывать о правилах содержания в доме собаки, кошки и попугая.
<b>Транспорт</b>	
Называть функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, справочных служб, виды камер хранения.	Рассказывать о функциях железнодорожного транспорта, типах пассажирских вагонов, видах справочных служб и камерах хранения, о сроках и месте возврата билетов. Ориентироваться в расписании. Приобретать билеты в железнодорожной кассе.

	Обращаться за справкой в справочное бюро вокзала, центральную железнодорожную справочную по телефону.
<b>Торговля</b>	
<p>Называть основные виды универсальных и специализированных магазинов, их отделы.</p> <p>Рассказывать об ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Совершать покупки некоторых товаров под руководством взрослых.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>	<p>Характеризовать основные виды универсальных и специализированных магазинов.</p> <p>Ориентироваться в ассортименте некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Приобретать некоторые товары в продовольственном магазине.</p> <p>Подсчитывать стоимость покупок.</p> <p>Соблюдать правила поведения в магазине.</p>
<b>Средства связи</b>	
<p>Называть перечень, посылаемых предметов, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Рассказывать о видах и способах упаковки бандероли.</p> <p>Заполнять бланки для отправки бандероли с помощью учителя.</p>	<p>Составлять перечень предметов, посылаемых бандеролью.</p> <p>Знать максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Классифицировать виды и способы упаковки бандеролей.</p> <p>Заполнять бланки на отправление бандеролей.</p> <p>Составлять опись посылаемых предметов.</p> <p>Упаковывать бандероль.</p>
<b>Медицинская помощь</b>	
<p>Называть медикаменты входящие в состав домашней аптечки.</p> <p>Называть местные лекарственные растения.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при микротравмах.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки с помощью педагога.</p>	<p>Рассказывать о составе домашней медицинской аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Распознавать местные лекарственные растения.</p> <p>Объяснять правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Рассказывать о правилах оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.</p> <p>Пользоваться термометром.</p>

	<p>Готовить отвары и настои из лекарственных растений.</p> <p>Обрабатывать раны и накладывать повязки.</p>
<b>Учреждения, организации и предприятия</b>	
<p>Называть промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>	<p>Классифицировать промышленные объекты г. Новокузнецка, виды выпускаемой продукции, рабочие профессии.</p>
<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	
<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи под руководством педагога.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы под руководством педагога.</p>	<p>Понимать назначение денег.</p> <p>Подсчитывать бюджет семьи.</p> <p>Составлять доверенность на получение заработной платы.</p>

## V. Содержание учебного предмета

<b>1. Личная гигиена - 4 ч.</b>
---------------------------------



<p>Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.</p>
<p><b>2. Одежда - 8 ч.</b></p>
<p>Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды. Утюжка белья, брюк. Пр.р. Химчистка. Виды услуг. Правила пользования. Экскурсия в химчистку.</p>
<p><b>3. Питание - 12 ч.</b></p>
<p>Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Приготовление закусок. Приготовление горячих бутербродов. Пр.р. Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р. Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов. Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Сервировка стола к обеду.</p>
<p><b>4. Семья - 4 ч.</b></p>
<p>Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р. Разучивание тихих и подвижных игр. Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.</p>
<p><b>5. Культура поведения - 4 ч.</b></p>
<p>Поведение в гостях. Правила поведения при встрече и расставании. Подарки. Правила вручения и приемов подарков. Изготовление сувенира. Пр.р.</p>
<p><b>6. Жилище- 8 ч.</b></p>
<p>Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету. Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р. Санитарная обработка помещения в случае необходимости. Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия. Чистка мягкой мебели. Пр.р. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.</p>
<p><b>7. Транспорт - 4 ч.</b></p>
<p>Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Справочная служба</p>

<p>железнодорожного вокзала, расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа. Экскурсия на железнодорожный вокзал.</p>
<p align="center"><b>8. Торговля - 4 ч.</b></p>
<p>Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия в промтоварный магазин. Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.</p>
<p align="center"><b>9. Средства связи - 4 ч.</b></p>
<p>Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей. Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки. Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р. Экскурсия на почту.</p>
<p align="center"><b>10. Медицинская помощь - 6 ч.</b></p>
<p>Домашняя аптечка. Термометр. Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р. Лекарственные растения. Заваривание травяного настоя. Пр.р. Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах. Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.</p>
<p align="center"><b>11. Учреждения, организации и предприятия - 4 ч.</b></p>
<p>Промышленные объекты г. Новокузнецка. Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях. Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей. Экскурсия на промышленное предприятие.</p>
<p align="center"><b>12. Экономика домашнего хозяйства - 6 ч.</b></p>
<p>Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни. Бюджет семьи. Источник дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия. Определение дохода семьи. Пр.р. Мелкие расходы. Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.</p>

**VI. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности**

№ п/п	Тема раздела	Количество о часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	4	<p>Рассказывают о правилах соблюдения личной гигиены подростка (девушки и юноши).</p> <p>Объясняют правила смены одежды, нательного и постельного белья.</p> <p>Определяют санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, унитазом.</p>
2.	Одежда	8	<p>Определяют вид ремонта одежды.</p> <p>Называют моющие средства для стирки белья.</p> <p>Рассказывают об устройстве стиральной машины и правила пользования ею.</p> <p>Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке вручную и с помощью стиральной машины.</p> <p>Различают особенности утюжки одежды из различных тканей, а так же постельного белья, полотенец, скатертей.</p> <p>Характеризуют предприятия по химической чистке одежды, виды оказываемых ими услуг.</p> <p>Перечисляют правила подготовки вещей к сдаче в чистку.</p>
3.	Питание	12	<p>Классифицируют способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов.</p> <p>Определяют последовательность приготовления блюд.</p> <p>Характеризуют возможности использования электробытовых приборов при приготовлении пищи, правила пользования ими.</p> <p>Называют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.</p> <p>Рассказывают о правилах пользования столовыми приборами.</p>
4.	Семья	4	<p>Перечисляют названия тихих и подвижных игр.</p> <p>Объясняют детям младшего школьного возраста правила</p>

			игры и играют с ними.
5.	Культура поведения	4	<p>Рассказывают о правилах поведения при встрече и расставании.</p> <p>Называют правила поведения в гостях.</p> <p>Перечисляют правила вручения и приема подарков.</p>
6.	Жилище	8	<p>Называют последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения.</p> <p>Определяют способы и периодичность ухода за окнами.</p> <p>Перечисляют виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон.</p> <p>Объясняют правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия.</p> <p>Рассказывают о правилах соблюдения гигиены жилища при наличии животных в доме.</p>
7.	Транспорт	4	<p>Определяют назначение вокзалов и основных служб вокзалов.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов, порядке сдачи и получении багажа в камере хранения.</p> <p>Перечисляют функции железнодорожного транспорта.</p> <p>Называют виды пассажирских вагонов.</p> <p>Определяют примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния.</p> <p>Различают виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.</p> <p>Называют виды справочных служб.</p>
8.	Торговля	4	<p>Характеризуют универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.</p> <p>Объясняют назначение магазинов.</p> <p>Перечисляют ассортимент некоторых отделов промтоварных магазинов.</p> <p>Определяют стоимость отдельных товаров.</p> <p>Рассказывают о правилах поведения в магазине.</p>
9.	Средства связи	4	<p>Классифицируют виды бандеролей.</p> <p>Рассказывают о порядке отправления бандеролей.</p> <p>Определяют перечень предметов, посылаемых</p>

			<p>бандеролью.</p> <p>Называют максимальный вес и стоимость посылаемых предметов.</p> <p>Различают виды и способы упаковки бандеролей.</p>
10.	Медицинская помощь	6	<p>Определяют состав домашней аптечки.</p> <p>Рассказывают о правилах применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки.</p> <p>Перечисляют местные лекарственные растения.</p> <p>Объясняют правила обработки раны и наложения повязки, меры по предупреждению осложнений после микротравм.</p> <p>Знакомятся с правилами оказания первой медицинской помощи при сильных ушибах, при растяжении и вывихах.</p>
11.	Учреждения, организации и предприятия	4	<p>Называют промышленные объекты г. Новокузнецка.</p> <p>Перечисляют названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.</p> <p>Классифицируют виды выпускаемой продукции.</p>
12.	Экономика домашнего хозяйства	6	<p>Знакомятся с понятие "Деньги", "Семейный бюджет".</p> <p>Перечисляют составные части бюджета семьи.</p> <p>Планируют бюджет семьи.</p> <p>Определяют сколько можно иметь денег на мелкие расходы.</p>
<b>Всего 68 ч.</b>			

**VII. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у обучающихся используют специально оборудованный кабинет, который соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и противопожарным нормам.

В кабинете четко определены и специально оборудованы зоны. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать обучающимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученный опыт.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>
<b>Программы</b>
1. Воронкова В.В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида/ В.В.Воронкова// Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы – М.: ВЛАДОС, 2014.
<b>Учебники</b>
1. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
<b>Рабочие тетради</b>
1. Миронюк З.Н. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь: 7 класс образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / З.П. Миронюк, Н.А. Ивершина – М.: Издательство ВЛАДОС, 2020.
<b>Методические пособия для учителя</b>
1. Дерябина С.П. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: контрольно-измерительные материалы: варианты текстовые задания / С.П. Дерябина Волгоград: – Издательство Учитель, 2020.
2. Львова С.А. Социально-бытовая ориентировка. 5-9 классы: развернутое тематическое планирование/ С.А.Львова. – Волгоград: Учитель, 2014.
3. Субчева В.П. Социально-бытовая ориентировка. Методическое пособие: 5- 9 классы

образовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями / В.П. Субчева – М.: Издательство ВЛАДОС, 2017.

4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя /Т.А.Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова – М.: ВЛАДОС, 2014.

5. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы: пособие для учителя / С.А.Львова – М.: ВЛАДОС, 2018.

6. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В.Воронкова, С.А.Казакова – М.: ВЛАДОС, 2020.

### Дидактические материалы

Дидактический материал по разделу курса:

"Личная гигиена"

1. Тематический словарь в картинках " Гигиена и здоровье".
2. Тематический словарь в картинках " Я и мое тело".
3. Развивающая игра-лото "Будь активным и здоровым".
4. Развивающая игра-лото "Как расти здоровым".
5. Дидактическая игра "Что в ванной?".
6. Дидактическая игра "Гигиена".
7. Загадки Мойдодыра (о предметах личной гигиены).

"Одежда"

1. Дидактическая игра "Ателье".
2. Дидактическая игра "Большая стирка".
3. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".

"Питание"

1. Тематический словарь в картинках "Посуда. Продукты питания".
2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".
3. Тематический словарь в картинках "Мебель, оборудование, интерьер кухни".
4. Дидактическая игра "Готовим и едим".
5. Дидактическое пособие "Приготовь завтрак, обед и ужин".
6. Лото "Веселые повара".
7. Дидактическая игра "Поваренок".

### "Семья"

1. Тематический словарь в картинках "Мой дом. Моя семья".
2. Настольно-развлекательная игра-лото "Семья".
3. Дидактическая игра "Моя семья".
4. Лото "Угадай сказку".
5. Дидактическая игра "Путаница".
6. Дидактическая игра "Куричка ряба".
7. Дидактическая игра "Лисичка со скалочкой".
8. Дидактическая игра "Колобок".
9. Дидактическая игра "Теремок".
10. Дидактическая игра "Репка".
11. Развивающая игра- лото "Три медведя".
12. Игра "Сказки о животных".

### "Культура поведения"

1. Наглядно- дидактическое пособие "Уроки этикета".
2. Наглядно- дидактическое материал "Этикет. Школа изящных манер".
3. Демонстрационный материал "Уроки вежливости".
4. Развивающая игра-лото "Лото вежливости".

### "Жилище"

1. Тематический словарь в картинках "Город, улица, дом. Квартира, мебель".
2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника".
3. Наглядно-дидактическое пособие "Мой дом".
4. Наглядно-дидактическое пособие "Наш дом".
5. Игра- лото "Моя квартира".
6. Дидактическая игра "Жилище".
7. Наглядно-дидактическое материал "Дом. Квартира. Мебель".
8. Лото "Мамины помощники".
9. Дидактическая игра "Наведи порядок в доме".
10. Дидактическая игра "Найди лишний предмет".

### "Транспорт"

1. Тематический словарь в картинках "Транспорт".



2. Наглядно-дидактическое пособие "Виды транспорта".
3. Развивающее лото "Транспорт".
4. Дидактическая игра "Угадай транспорт".
5. Дидактическая игра "Четвертый лишний".
6. Дидактическая игра "Профессии на транспорте".

#### "Торговля"

1. Тематический словарь в картинках "Какие бывают магазины".
2. Дидактическая игра "Магазин".
3. Лото "Мы ходили в магазин".
4. Развивающее лото "Где что продается?"

#### "Средства связи"

1. Тематический словарь в картинках "Аудиотехника, видеотехника, оргтехника и средства связи".

#### "Медицинская помощь"

1. Тематический словарь в картинках "Я и моя безопасность".
2. Тематический словарь в картинках "Я и мое тело".
3. Демонстрационный материал "Если малыш поранился".
4. Дидактическая игра "Медицинская аптечка".
5. Игра-лото "Лекарственные растения".
6. Развивающее лото "Растения".

#### "Экономика домашнего хозяйства"

1. Дидактическая игра "Семейный бюджет: расходы и доходы".
2. Дидактическая игра "Бюджет семьи".
3. Дидактическая игра "Что важнее?".

#### "Учреждения, организации и предприятия"

1. Лото "Профессии".

### **Печатные пособия**

#### "Личная гигиена"

1. Правила личной гигиены.

2. Правила гигиены.
3. Чистота тела - залог здоровья.
4. Предметы личной гигиены.
5. Средства личной гигиены.
6. Соблюдай правила гигиены.

#### "Одежда"

1. Ремонт одежды- штопка.
2. Стирка одежды.
3. Условные обозначения по уходу за изделиями.
4. Устройство утюга.
5. Правила безопасной работы с утюгом.
6. Последовательность утюжки.
7. Химчистка.

#### "Питание"

1. Санитарно-гигиенические правила.
2. Гигиена питания.
3. Оборудование кухни и требования к ее содержанию.
4. Требования к обработке и хранению продуктов.
5. Посуда.
6. Сервировка стола.
7. Правила пользования столовыми приборами.
8. Правила работы с ножом и приспособлениями.
9. Пищевые вещества.
10. Классификация блюд.
11. Электроприборы.
12. Домашние помощники.
13. Фрукты.
14. Закуски.

#### "Семья"

1. Семья.

#### "Культура поведения"

1. Правила поведения в общественных местах.

2. Внимание: правила поведения в толпе.

"Жилище"

1. Гигиена жилища.

2. Домашние любимцы.

"Транспорт"

1. Междугородний железнодорожный транспорт.

"Торговля"

1. Какие бывают магазины.

"Средства связи"

1. Виды почтовых отправлений..

2. Виды бандеролей.

3. Порядок упаковки и отправки бандероли.

4. Опись бандероли.

5. Оплата стоимости пересылки.

"Медицинская помощь"

1. Домашняя аптечка.

2. Лекарственные растения Кузбасса.

3. Первая помощь при травмах.

"Учреждения, организации и предприятия "

1. Промышленные предприятия. заводы Кузбасса.

"Экономика домашнего хозяйства "

1. Современные монеты и купюры России.

2. Бюджет семьи.

**Интернет-ресурсы**

Компьютерные презентации по разделу курса:

#### "Личная гигиена"

1. Личная гигиена подростка.
2. Предметы и средства личной гигиены.
3. Чистота -залог здоровья.
4. Гигиена одежды, нательного и постельного белья.

#### "Одежда"

1. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.
2. Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.
3. Правила и приемы глажения белья, брюк и спортивной одежды.
4. Химчистка . Виды услуг.

#### "Питание"

1. Составные части обеда. Значение первых, вторых и третьих блюд в питании.
2. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности в процессе приготовления пищи.
3. Приготовление закуски.
4. Приготовление первых блюд.
5. Приготовление вторых блюд.
6. Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.
7. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.
8. Сервировка стола к обеду и правила поведения за столом.

#### "Семья"

1. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.
2. Игры с младшими детьми.

#### "Культура поведения"

1. Мы собираемся в гости. Правила поведения в гостях.
2. Формы приветствия и расставания со старшими и сверстниками.
3. Выбор подарка. Правила вручения и приема подарка.
4. Сувенир своими руками.

### "Жилище"

1. Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.
2. Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.
3. Животные в доме.
4. Правила соблюдения гигиены жилища при наличии в доме животных.

### "Транспорт"

1. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы и его службы.
2. Справочная служба вокзалов.
3. Виды пассажирских вагонов.

### " Торговля"

1. Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.
2. Виды товаров. Порядок приобретения товаров.

### " Средства связи"

1. Виды бандеролей. Порядок их отправления. Упаковка.
2. Правила отправки бандероли.
3. Заполнение бланка на отправку бандероли.

### " Медицинская помощь"

1. Домашняя аптечка.
2. Температура и ее измерение.
3. Лекарственные растения Кузбасса.
4. Правила заваривания травяного чая.
5. Первая помощь при ушибах, переломах, растяжениях и вывихах.
6. Повязки. Правила наложения повязок.

### " Учреждения, организации и предприятия"

1. Крупнейшие промышленные предприятия Кузбасса.
2. Виды профессий, специальностей промышленных предприятий.
3. Производственная структура промышленного предприятия.
4. Виды промышленности Кузбасса и ее продукция.

" Экономика домашнего хозяйства "

1. Деньги и их функции.
2. Бюджет семьи. Основные источники доходов и основные статьи расходов.
3. Доходы и расходы семьи.
4. Составление доверенности на получение зарплаты.

**Технические средства обучения**

1. Компьютер.
2. Принтер.
3. DVD проигрыватель.
4. Телевизор.

**Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование**

"Личная гигиена"

1. Раковина с подводкой горячей и холодной воды.
2. Тазы для мытья головы, ног.
3. Кремы, лосьон, мыло, зубная паста, шампуни для различных типов волос и кожи, дезодоранты, туалетная вода.
4. Образцы средств по уходу за волосами, кожей рук, лица, тела.
5. Губки, мочалки для мытья тела.
6. Бритвенные принадлежности.
7. Маникюрный набор (ножницы, пилка).
8. Зеркало.
9. Полотенца (для тела, лица, ног).
10. Средства по уходу за кожей рук (перчатки, защитные кремы).
11. Носовые платки.
12. Ватные палочки для чистки ушей.
13. Косметические салфетки.

"Одежда и обувь"

1. Порошкообразные, жидкие и твердые моющие средства, а так же средства для химической чистки одежды.
2. Таз для стирки белья.
3. Электрический утюг.
4. Гладильная доска.
5. Сушилка напольная.
6. Стиральная машинка.

7. Сушилка напольная.
8. Образцы тканей.
9. Ножницы.
10. Наборы швейных игл.
11. Нитки швейные и штопальные.
12. Грибки для штопки.

#### "Питание"

1. Книги по кулинарии.
2. Кухонный мебель.
3. Кухонное оборудование:
  - \* электрическая плита;
  - \* микроволновая печь;
  - \* мойка с подводкой горячей и холодной воды;
  - \* сушилка для посуды;
  - \* холодильник с морозильной камерой;
  - \* кастрюли;
  - \* миски;
  - \* дуршлаг;
  - \* сервизы (чайный, обеденный, кофейный);
  - \* наборы салатников, сервировочных блюд;
  - \* столовые приборы (ножи, вилки, столовые и чайные ложки);
  - \* тарелки глубокие, мелкие, закусочные, пирожковые, комбинированные);
  - \* терки механические;
  - \* доски разделочные;
  - \* подносы;
  - \* ложки разливочные;
  - \* наборы сервировочные (солонка, горчица, перечница);
  - \*ножечки;
  - \*ножи желобковые (плавающие) для чистки овощей и фруктов;
  - \* наборы кухонных ножей;
  - \* консервные ножи;
  - \* хлебницы;
  - \* щетки для мытья посуды, для мытья раковин;
  - \* полотенца кухонные;

\* скатерти с салфетками;

\* ведро для отходов с педалью и крышкой.

#### "Семья"

1. Литература по разучиванию тихих и подвижных игр.

#### "Культура поведения"

1. Литература по этикету.
2. Буклет по изготовлению подарка.
3. Бисер.
4. Проволока.
5. Ножницы.
6. Салфетка из драпа.

#### "Жилище"

1. Мягкая мебель.
2. Пылесос.
3. Ведро.
4. Швабры деревянные, веревочные.
5. Веник.
6. Щетки для мытья стен, радиаторов отопления, для пола.
7. Вантуз.
8. Выбивалка для ковров и мягкой мебели.
9. Совок.
10. Моющие и чистящие средства для уборки помещений.
11. Набор тряпок для уборки помещений.

#### "Транспорт"

1. Карты России, Кемеровской области.
2. Образцы расписания поездов.
3. Образцы билетов.

#### "Торговля"

1. Весы бытовые.
2. Калькуляторы.



3. Предметы парфюмерии, канцтовары, образцы круп.
4. Ярлыки, бирки, инструкции по эксплуатации товаров.
5. Наборы карточек с названием магазинов, секций, торговых работников, промышленных товаров и продуктов.
6. Муляжи овощи и фрукты.

"Средства связи"

1. Демонстрационные бланки для отправки бандеролей.
2. Упаковочный материал для бандеролей, посылок.

"Медицинская помощь"

1. Аптечка первой медицинской помощи.
2. Термометр.
3. Наборы лекарственных трав.
4. Гербарии с лекарственными растениями.
5. Литература по уходу за больными.

"Учреждения, организации и предприятия"

1. Перечень промышленных предприятий, заводов Кузбасса.
2. Демонстрационный перечень видов рабочих специальностей.

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Бланки доверенностей.

### Календарно- тематическое планирование

№ урока	Дата	Тема урока	Примечания
1		Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены.	
2		Санитарно-гигиенические правила пользования зубной щеткой, расческой, мочалкой, душем, ванной, туалетом.	
3		Правила сохранения чистоты и здоровья тела.	
4		Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	
5		Ремонт разорванных мест одежды, штопка.	
6		Ремонт разорванных мест одежды, штопка, утюжка. Пр.р.	
7		Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	
8		Стирка хлопчатобумажного белья вручную. Пр.р.	
9		Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	
10		Утюжка белья, брюк. Пр.р.	
11		Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	
12		Экскурсия в химчистку.	
13		Приготовление пищи: обед. Закуски, первые и вторые блюда. Третьи блюда.	
14		Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.	
15		Приготовление закусок.	
16		Приготовление горячих бутербродов. Пр.р.	
17		Первые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	
18		Приготовление щей из свежей капусты с картофелем. Пр.р.	
19		Вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов.	
20		Приготовление второго блюда из мясных консервов с отварным картофелем и сметанным соусом. Пр.р.	
21		Приготовление третьих блюд. Компот из сухофруктов.	
22		Приготовление компота из сухофруктов. Пр.р.	
23		Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	

24		Сервировка стола к обеду.	
25		Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	
26		Оказание помощи в одевании малышей на прогулку. Пр.р.	
27		Разучивание тихих и подвижных игр.	
28		Подвижные игры на улице с детьми младшего возраста. Пр.р.	
29		Поведение в гостях.	
30		Правила поведения при встрече и расставании.	
31		Подарки. Правила вручения и приемов подарков.	
32		Изготовление сувенира. Пр.р.	
33		Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, лету.	
34		Сухая и влажная уборка помещения. Пр.р.	
35		Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	
36		Уборка помещения. Мытье зеркал. Пр.р.	
37		Уход за мебелью в зависимости от ее покрытия.	
38		Чистка мягкой мебели. Пр.р.	
39		Животные в доме (кошка, собака, попугай).	
40		Правила соблюдения гигиены жилища при наличии животных дома.	
41		Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы.	
42		Справочная служба железнодорожного вокзала, расписание поездов.	
43		Виды пассажирских вагонов. Приобретение билетов. Камеры хранения багажа.	
44		Экскурсия на железнодорожный вокзал.	
45		Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	
46		Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров.	
47		Экскурсия в промтоварный магазин.	
48		Приобретение товаров в промтоварном магазине. Пр.р.	

49		Виды бандеролей (простые, ценные, заказные). Порядок отправления бандеролей.	
50		Упаковка бандеролей. Стоимость пересылки.	
51		Заполнение бланков на отправку бандеролей. Пр.р.	
52		Экскурсия на почту.	
53		Домашняя аптечка. Термометр.	
54		Измерение температуры тела с помощью термометра. Пр.р.	
55		Лекарственные растения.	
56		Заваривание травяного настоя. Пр.р.	
57		Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	
58		Наложение повязки на рану, поврежденную конечность. Пр.р.	
59		Промышленные предприятия, заводы нашего города.	
60		Названия цехов и отделов, имеющих на предприятиях.	
61		Виды выпускаемой продукции. Названия рабочих специальностей.	
62		Экскурсия на промышленное предприятие.	
63		Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение в нашей жизни.	
64		Бюджет семьи. Источник дохода.	
65		Заработная плата членов семьи, пенсия.	
66		Определение дохода семьи. Пр.р.	
67		Мелкие расходы.	
68		Составление доверенности на получение зарплаты. Пр.р.	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 301855813211864865354984698895558776452667678565

Владелец Паньшина Ольга Владимировна

Действителен с 04.03.2024 по 04.03.2025