

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Мостовская средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»  
на заседании методического совета  
Протокол № 1 от 16 08 20 19 г.

« Утверждаю»  
Директор МКОУ «Мостовская СОШ»  
*Л.С.Томилова* Л.С.Томилова  
Приказ № 12 от 09 08 20 19 г.



**Рабочая адаптированная образовательная программа  
для детей с умственной отсталостью (лёгкой)  
Основы социальной жизни (ОСЖ)  
5-9 класс**

2019 г.

Составитель: Черепанова Надежда Владимировна учитель высшей квалификационной категории

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» разработана на основе программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5 – 9 класс: В 2 сб./ Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2010 – Сб. 1 – 224с., и в соответствии с Федеральным базисным учебным планом общеобразовательных учреждений (Приказ Министерства образования РФ от 09.03.2004г, №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» с изменениями, внесенными приказами Министерства образования и науки РФ от 20.08.2008г. №241, от 30.08.2010г. №889, от 03.06.2011г. №1994, от 01.02.2012г. №74) и Федерального компонента государственного стандарта общего образования (основное общее образование)/ Министерство образования РФ, – М.: Просвещение, 2004. – 152с.

Курс «Основы социальной жизни» (ОСЖ) направлен на практическую подготовку учащихся 5-9 классов к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, навыков, способствующих социальной адаптации в условиях современного общества, на повышение уровня их общего развития. Данные занятия должны формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки ориентировки в окружающем: самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи, способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса учеников и т. д.

**Цель** учебного предмета «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции; навыков самостоятельной, независимой жизни.

### **Задачи:**

овладение учащимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;

развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства; воспитание положительного отношения к домашнему труду;

развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;

формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;

формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;

коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер; развитие коммуникативной функции речи

Основной **формой** обучения является урок.

**Методы** обучения: осуществление индивидуального подхода.

**Приемы** обучения: наблюдение, беседа, объяснение, повторение, сравнение, работа с учебником, дидактические игры. Значительное место в программе отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные и сельскохозяйственные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделения связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения по определенной теме. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

### **Место данного учебного предмета:**

Общее количество часов по программе:

5 класс — 34 ч;

6 класс — 34 ч;

7 класс — 68 ч;

8 класс — 68 ч;

9 класс — 68 ч.

**Межпредметные связи:** Уроки ОСЖ тесно связаны с уроками технологии, обществознания, окружающего мира, изобразительного искусства и музыки и т.д.

**Формы контроля ЗУН:** За ОСЖ осуществляется текущий контроль, в конце года осуществляется итоговая практическая работа.

**Основы социальной жизни**  
**V-IX классы**  
**Основные требования к знаниям и умениям учащихся**  
**5 класс**

***Обучающиеся должны знать (понимать):***

последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета;  
периодичность и правила чистки зубов;  
периодичность и правила чистки ушей;  
периодичность мытья головы;  
виды одежды и обуви,  
правила ухода за одеждой и обувью  
правила освещения помещения;  
правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.  
виды бутербродов;  
различные меню завтрака;  
санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи;  
правила сервировки стола к завтраку;  
правила заваривания чая;  
назначение кухонных принадлежностей и посуды;  
правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником;  
санитарно-гигиенические требования к использованию химических средств для ухода за посудой.  
требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя;  
правила поведения при встрече и расставании;  
формы обращения с просьбой, вопросом;  
правила поведения за столом.  
виды жилых помещений в городе и деревне и их различие;  
почтовый адрес своего дома и школы  
наиболее рациональный маршрут проезда до школы ;  
варианты проезда до школы различными видами транспорта; количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут;  
правила передвижения на велосипеде.  
основные виды магазинов, их назначение;  
виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;  
стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

***Обучающиеся должны уметь:***

следить за своей осанкой;  
принимать правильную позу в положении сидя и стоя;  
следить за своей походкой и жестикуляцией;  
правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях;  
вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым;  
тактично и вежливо вести себя во время разговора со старшими и сверстниками;  
правильно вести себя за столом во время приема пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).  
основные виды магазинов, их назначение;

виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них;  
стоимость продуктов, используемых для приготовления завтрака.

совершать утренний туалет;  
совершать вечерний туалет в определенной последовательности;  
причесывать волосы и выбирать прическу  
выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;  
подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;  
различать одежду и обувь в зависимости от их назначения (повседневная, праздничная, спортивная);  
сушить мокрую одежду;  
чистить одежду;  
подбирать крем и чистить кожаную обувь;  
чистить замшевую и текстильную обувь;  
сушить мокрую обувь;  
подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.  
резать ножом продукты для бутербродов;  
отваривать яйца, жарить яичницу и омлет;  
нарезать вареные овощи кубиками и соломкой;  
накрывать на стол с учетом конкретного меню;  
мыть и чистить кухонные принадлежности и посуду;  
пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам.  
писать адреса на почтовых открытках.  
соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета,  
поведения в салоне и при выходе на улицу);  
соблюдать правила дорожного движения.  
выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню;  
оплачивать покупку;  
соблюдать правила поведения в магазине.  
Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни

## **6 класс**

### ***Обучающиеся должны знать (понимать):***

правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены  
во время, физических упражнений, походов;  
правила ухода за ногами  
правила стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;  
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и  
режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими  
средствами.  
способы первичной и тепловой обработки макаронных изделий, круп, молока и молочных  
продуктов, овощей;  
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими  
инструментами, кипятком;  
правила пользования электроплитой;  
определения доброкачественности продуктов и сроков их хранения;  
правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;

различные меню ужина  
состав своей семьи, имена, отчества родителей и близких родственников;  
место работы и должность родителей;  
правила поведения в семье.  
правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях;  
правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий  
гигиенические требования к жилому помещению;  
правила организации рабочего места школьника;  
правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;  
санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с пылесосом;  
назначение комнатных растений, уход и допустимое количество их в квартире.  
основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе;  
виды междугородного транспорта;  
стоимость проезда на всех видах городского транспорта (стоимость разового, единого и проездного билетов);  
порядок приобретения билетов и талонов и компостирования талонов.  
основные виды продовольственных магазинов, их отделы;  
виды специализированных продовольственных магазинов;  
виды и стоимость различных товаров;  
порядок приобретения товаров.  
основные средства связи; виды почтовых отправлений;  
стоимость почтовых услуг при отправке писем различных видов;  
виды телеграфных услуг  
виды медицинской помощи;  
функции основных врачей-специалистов.  
виды детских учреждений и их назначение;  
адрес местного дома детского творчества; какие кружки, секции в нём имеются.

***Обучающиеся должны уметь:***

мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук;  
подбирать косметические средства для ухода за кожей рук;  
подбирать косметические средства для ухода за ногами.  
пришивать пуговицы, крючки, кнопки;  
зашивать одежду по распороченному шву;  
подшивать платья, брюки, рукава;  
подбирать моющие средства для стирки изделий из хлопчатобумажных и шелковых тканей;  
стирать изделия из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей;  
гладить эти изделия.  
отваривать макаронные изделия;  
варить кашу на воде и молоке;  
отваривать картофель и готовить пюре;  
готовить запеканки из овощей и творога;  
оформлять готовые блюда;  
сервировать стол к ужину с учетом различных меню.  
культурно вести себя в театре, залах музея, читальном зале;  
правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.

производить сухую и влажную уборку помещения;  
чистить ковры, книжные полки, батареи;  
ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства;  
ухаживать за комнатными растениями.  
выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу;  
ориентироваться в расписании движения пригородных поездов, определять направление и зоны;  
пользоваться кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.  
подбирать продукты к ужину с учетом различных меню;  
обращаться к продавцу, кассиру.  
находить по справочнику индекс предприятий связи;  
записывать адреса с индексом на конвертах;  
составлять различные тексты телеграмм;  
заполнять телеграфные бланки  
записываться на прием к врачу;  
вызывать врача на дом;  
приобретать лекарства в аптеке.  
правильно обращаться к работникам дома детского творчества, игротеки и т.д.;  
правильно вести себя во время игры, просмотра фильма или журнала в читальном зале;  
соблюдать правила поведения в школе.

*Обучающиеся должны иметь представление о*

режиме питания, удельном весе молочных продуктов в рационе питания.

понятии «семья»,

составе семьи;

распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

назначении основных средств связи;

порядке отправки писем, посылок, бандеролей, денежных переводов, телеграмм.

назначении поликлиники, аптеки, диспансера, больницы;

порядке записи к врачу, приобретения лекарств, вызова «скорой помощи», о порядке вызова врача на дом;

отличии медицинского обслуживания на дому от амбулаторного приема и амбулаторного лечения от стационарного.

Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни

## 7 класс

***Обучающиеся должны знать (понимать):***

правила личной гигиены девушки и юноши;

особенности стирки цветного и белого белья;

правила пользования моющими средствами;

значение первых и вторых блюд;

правила ухода за младшими детьми;

правила поведения: при встрече и расставании;

правила поведения в гостях;

правила поведения при вручении и приема подарков;

последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения;

назначение универмага и универсама;  
виды почтовых отправлений;  
виды доврачебной помощи;  
правила обработки раны и наложения повязки.

***Обучающиеся должны уметь:***

правильно ухаживать за лицом и волосами;  
ремонтировать, стирать и гладить одежду и белье  
пользоваться механическими и электробытовыми приборами;  
культурно вести себя в гостях;  
убирать жилые помещения;  
мыть зеркала и стекла;  
утеплять окна;  
убирать пол;  
ориентироваться в расписании на авто- и ж/д вокзалах;  
приобретать билеты на авто- и ж/д кассах;  
заполнять бланк на отправку заказного письма, бандероли и посылки;  
оказывать первую медицинскую помощь (обрабатывать раны, накладывать повязки и т.д.

## 8 класс

***Обучающиеся должны знать (понимать):***

Виды теста, способы приготовления изделий из теста, способы заготовки продуктов впрок.  
Правила ухода за кожей лица, приёмы нанесения косметических средств на лицо, шею, руки  
Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения белья; виды предприятий по химической очистке одежды, предоставляемые услуги.  
Правила ухода за грудным ребёнком, санитарно - гигиенические требования к содержанию детской посуды, постельки, игрушек.  
Правила поведения юноши и девушки при встрече, знакомстве и расставании, требования к внешнему виду.  
Правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванной комнаты; моющие средства для уборки; санитарно – гигиенические требования к данным помещениям.  
Основные автобусные маршруты, правила безопасной поездки.  
Рынок, его виды и отличия от магазина, правила поведения и права покупателя.  
Виды телефонной связи, правила пользования, периодичность оплаты, виды междугородней связи и способы её осуществления  
Меры по предупреждению несчастных случаев в быту, правила и приёмы оказания первой медицинской помощи  
Основные составные части бюджета, статьи расходов и доходов, правила экономии и сбережения.

***Обучающиеся должны уметь:***

Готовить пресное тесто и изделия из него, подготавливать овощи, делать заготовки впрок.  
Правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног, использовать подручные средства к имеющимся косметическим средствам.  
Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, гладить рубашки и блузки.  
Купать, одевать, пеленать ребёнка, содержать в порядке его вещи.



Культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах.  
Мыть кафельные стены, чистить раковины.  
Покупать билет, пользоваться расписанием, обращаться за справкой.  
Находить нужные товары, выбирать продукцию в соответствии с её качеством.  
Кратко объяснять причину звонка по телефону, получать справку, узнавать время, культурно и вежливо разговаривать по телефону.  
Оказывать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему.  
Подсчитывать бюджет семьи, составлять доверенность, снимать показатели счетчика, соблюдать правила экономии и порядок помещений сбережений в сбербанки

## 9 класс

### ***Обучающиеся должны знать (понимать):***

Размеры своих одежды и обуви, гарантийные сроки носки, правила возврата, способы выведения пятен в домашних условиях.  
Значение диетического питания, особенности и важности питания детей ясельного возраста, названия и рецепты 1-2 национальных блюд.  
Основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику.  
Основные виды семейных отношений, формы организации отдыха и досуга в семье, семейные традиции, обязанности членов семьи.  
Правила поведения в обществе – правила приёма гостей.  
Правила расстановки мебели в квартире, требования к подбору предметов интерьера, правила сохранения жилищного фонда.  
Службы аэровокзала, порядок приобретения и возврата билетов, правила поведения в аэропорту.  
Виды ярмарок, отличия ярмарки от магазина.  
Виды денежных переводов, их стоимость, виды телефонной связи.  
Способы распространения инфекционных заболеваний, меры по их предупреждению, правила и приёмы ухода за больным.  
Местонахождение предприятий бытового обслуживания, какие виды услуг они оказывают.  
Учреждения и отделы по трудоустройству, их местонахождение, виды документов для устройства на работу, перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

### ***Обучающиеся должны уметь:***

Подбирать одежду и обувь в соответствии со своим размером, выводить пятна на одежде различными способами.  
Составлять меню диетического питания на день, составлять меню на день для ребенка ясельного возраста, выполнять сервировку праздничного стола.  
Анализировать различные семейные ситуации, выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье, поддерживать и укреплять семейные традиции.  
Встречать гостей, вежливо вести себя во время приёма.  
Расставлять мебель в квартире, подбирать детали интерьера.  
Определять маршрут и выбирать транспортное средство.  
Заполнить почтовый и телеграфный переводы, подсчитать стоимость денежных отправок.  
Предупреждать инфекционные заболевания, строго соблюдать правила ухода за больным.  
Обращаться с вопросом и просьбой к работникам предприятий бытового обслуживания.

Обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу, писать заявления, автобиографию, заявки на материалы, расписку, докладную и заполнять анкету.

Обучающиеся должны использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

рациональной организации труда и отдыха;

безопасного обращения с веществами и материалами;

ремонта изделий из различных материалов; создания изделий или получения продукта с использованием ручных инструментов, машин, оборудования и приспособлений;

приготовления и повышения качества, сокращения временных и энергетических затрат при обработке пищевых продуктов; консервирования и заготовки пищевых продуктов в домашних условиях; соблюдения правил этикета за столом; приготовления блюд по готовым рецептам, включая блюда национальной кухни; выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий; сервировки стола и оформления приготовленных блюд;

выбора рациональных способов и средств ухода за одеждой и обувью; применения бытовых санитарно-гигиенических средств;

построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства;

обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;

соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;

пользования бытовыми приборами и инструментами;

обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## Учебно-тематический план

### 5 класс

№	Тема	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические работы	Контрольные работы
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>3</b>		
	Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). <i>Практическая работа № 1</i> «Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос» Главные и второстепенные члены предложения.		1	
	Гигиена зрения и слуха. <i>Практическая работа № 2</i> «Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей»		1	
	Гигиена чтения. Как смотреть телевизор.			
<b>2</b>	<b>Одежда и обувь</b>	<b>3</b>		
	Виды одежды и головных уборов.			
	Уход за одеждой. <i>Практическая работа №3</i> «Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды»		1	
	Обувь, уход за обувью. <i>Практическая работа №4</i> «Чистка и сушка обуви»		1	
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>8</b>		
	Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека.			
	Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой.			
	Приготовление завтрака. <i>Практическая работа №5</i> «Варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку»		1	
	Яйца отварные, яичница и омлет. <i>Практическая работа №6</i> «Яичница. Варка яиц. Омлет»;		1	
	Простые и сложные, горячие и холодные бутерброды. <i>Практическая работа №7</i> «Приготовление бутербродов»		1	
	Приготовление салатов, винегрета. Сервировка стола			
	<i>Практическая работа №8</i> «Приготовление салата, винегрета »		1	
	<i>Практическая работа №9</i> «Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды »		1	
<b>3.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>4</b>		

	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя			
	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.			
	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам			
	Разговор со старшими и сверстниками.			
<b>4.</b>	<b>Жилище</b>	<b>3</b>		
	Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения.			
	Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления.			
	Почтовый адрес дома и школы. <i>Практическая работа №10</i> «Почтовый адрес дома и школы»		1	
<b>5.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>5</b>		
	Наземный городской транспорт. Проезд в школу (маршрут, виды транспорта).			
	Поведение в транспорте и на улице.			
	Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.			
	<i>Практическая работа №11</i> «Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе»		1	
	<i>Экскурсия №1</i> «Коллективные поездки в транспорте »			
<b>6.</b>	<b>Торговля</b>	<b>4</b>		
	Продовольственные и промтоварные магазины.			
	Универсамы, супермаркеты, специализированные магазины.			
	<i>Экскурсия №2</i> «Экскурсия в продовольственный магазин»			
	<i>Практическая работа №12</i> «Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах»		1	
<b>7</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>2</b>		
	Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение.			
	Медицинские учреждения. <i>Экскурсия №3</i> «Экскурсия в аптеку».			
<b>8</b>	<b>Учреждения, организации, предприятия</b>	<b>1</b>		
	Дошкольные и школьные учреждения. <i>Экскурсия в №4</i> «Экскурсия в детский сад»			
<b>9</b>	<b>Обобщающий урок.</b>	<b>1</b>		
	<b>итого</b>	<b>34</b>	<b>12</b>	

**Учебно-тематический план  
6 класс**

№	Тема	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические работы	Контрольные работы
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>3</b>		
	Закаливание организма (зарядка, обливание, сезонная одежда, физические упражнения).			
	Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.			
	<i>Практическая работа №1 «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»</i>		1	
<b>2</b>	<b>Одежда</b>	<b>3</b>		
	Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва). <i>Практическая работа №2</i> «Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва»		1	
	Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. <i>Практическая работа №3</i> «Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей»		1	
	Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др. <i>Практическая работа №4</i> «Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей»		1	
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>8</b>		
	Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи.			
	Замораживание, размораживание. Определение срока годности.			
	Приготовление пищи. Ужин. <i>Практическая работа №5</i> «Отварной картофель с зеленью»;		1	
	Приготовление пищи из картофеля <i>Практическая работа №6</i> «Картофельное пюре»		1	
	Приготовление блюд из круп. <i>Практическая работа №7</i>		1	

	«Приготовление каши на воде»			
	Приготовление пищи из молока и молочных продуктов. Сервировка стола			
	Приготовление пищи из молочных продуктов <i>Практическая работа №8</i> «Приготовление каши на молоке»;		1	
	Приготовление пищи из молочных продуктов <i>Практическая работа №9</i> «Запеканка из творога»		1	
<b>4.</b>	<b>Семья</b>	<b>3</b>		
	Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи.			
	Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.).			
	Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.			
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>2</b>		
	Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке).			
	Поведение при посещении массовых мероприятий.			
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>4</b>		
	Гигиенические требования к жилому помещению. Основные правила организации рабочего места школьника.			
	Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). <i>Практическая работа №10</i> «Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним»		1	
	Комнатные растения. <i>Практическая работа №11</i> «Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка»		1	
	Уход за полом. <i>Практическая работа №12</i> <b>Практическая работа</b>		1	
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>3</b>		
	Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты).			
	Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты			
	<i>Экскурсия №1</i> «Экскурсия на вокзал»			
<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>2</b>		
	Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость.			
	<i>Экскурсия №2</i> «Экскурсия в			

	промтоварный магазин»			
<b>9.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>2</b>		
	Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). <i>Практическая работа №13 «Написание адреса и индекса на конвертах»</i>		1	
	Виды почтовых отправлений. <i>Практическая работа №14 «Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков»</i>		1	
<b>10</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>2</b>		
	Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений, их значение (больница, поликлиника, аптека, диспансер). Работники медицинских учреждений, их обязанности. <i>Экскурсия №3 «Экскурсия в аптеку».</i>			
<b>11</b>	<b>Учреждения, организации, предприятия</b>	<b>1</b>		
	Дошкольные и школьные учреждения . Их назначение. Виды кружков и секций при школе и ДК. <i>Экскурсия №4 «Знакомство с работой школьных кружков и секций »</i>			
<b>11</b>	<b>Обобщающий урок.</b>	<b>1</b>		
	<b>итого</b>	<b>34</b>	<b>14</b>	

7 класс

№	Тема	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические работы	Контрольные работы
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>6</b>		
	Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела.			
	Особенности ухода за кожей лица. Практическая работа №1 «Уход за кожей лица, рук»		1	
	Уход за волосами. Практическая работа №2 «Уход за волосами»		1	
	Гигиена одежды, нательного и постельного белья.			
	Практическая работа №3 «Индивидуальные предметы гигиены»,		3	
	Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»			
<b>2</b>	<b>Одежда</b>	<b>8</b>		
	Значение продления срока служения одежды. Ремонт одежды.			
	Ремонт разорванных мест одежды, штопка. Практическая работа № 4 «Ремонт разорванных мест одежды, штопка»		1	
	Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.			
	Использование бытовой техники при стирке х/б белья. Ручная стирка изделий из шелка.			
	Прачечная. Практическая работа №5 «Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины»		1	
	Правила и приемы глажения белья, брюк.			
	Практическая работа №6 «Правила и приёмы глаженья белья и брюк»		1	
	Итоговое занятие по теме «Одежда»			
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>14</b>		
	Виды питания. Меню.			
	Использование механических приборов при приготовлении пищи.			
	Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.			
	Значение первых и вторых блюд. Классификация.			



	Приготовление пищи: обед. Закуски. Технологическая карта			
	Приготовление пищи: обед. Закуски. Практическая работа №7 «Приготовление закусок»		1	
	Приготовление пищи. Обед. Первые и вторые блюда из овощей. Технологическая карта			
	Приготовление пищи. Обед. Первые и вторые блюда из овощей. Практическая работа №8 «Приготовление первых блюд»		1	
	Приготовление пищи: обед. Первые и вторые блюда из рыбных и мясных продуктов. Технологическая карта			
	Практическая работа №9 «Приготовление вторых блюд»		1	
	Приготовление пищи: обед. Третьи блюда. Технологическая карта			
	Приготовление пищи: обед. Третьи блюда. Практическая работа №10 «Приготовление третьих блюд»		1	
	Сервировка стола к обеду. Практическая работа №11 «Сервировка стола к обеду»		1	
	Итоговое занятие по теме «Питание»			
<b>4.</b>	<b>Семья</b>	<b>4</b>		
	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Практическая работа №12 «Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку»		1	
	Тихие и подвижные игры.			
	Практическая работа №13 «Разучивание тихих и подвижных игр»		1	
	Практическая работа №14 «Проведение игр с детьми младшего возраста»		1	
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>5</b>		
	Правила приема приглашения в гости.			
	Подготовка к визиту в гости. Этикет			
	Поведение в гостях.			
	Подарки. Практическая работа №15 «Изготовление несложных сувениров»		1	
	Итоговое занятие по теме «Культура поведения»			
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>5</b>		
	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Практические работы «Уборка помещения, чистка мягкой мебели, зеркал» №17 «Утепление окон»		1	
	Уход за полом( паркет, ленолиум) Образцы моющих средств. Практические работы №18 «Уход за полом»		1	

	Животные в доме (кошка, собака, попугай)			
	Санитарная обработка помещения. дезинфицирующих средств. Практические работы №19 «Санитарная обработка помещ		1	
	Итоговое занятие по теме «Жилище»			
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>4</b>		
	Междугородный железнодорожный транспорт. Виды вагонов			
	Практические работы №20 «Расписание поездов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа»		1	
	Вокзал. Экскурсия №1 «Экскурсия на вокзал»			
	Итоговое занятие по теме «Транспорт»			
<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>4</b>		
	Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы.			
	Ассортимент и порядок приобретения товаров. Практическая работа: №21 «Стоимость некоторых товаров и порядок приобретения товаров».		1	
	Экскурсия №2 «Экскурсия в промтоварный магазин» Порядок приобретения товаров			
	Итоговое занятие по теме «Торговля»			
<b>9.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>4</b>		
	Виды бандеролей. Практическая работа №22 «Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей»		1	
	Посылки. Порядок отправления. Практическая работа №23 «Заполнение бланков на отправку посылки. Упаковка посылки»		1	
	Экскурсия №3 «Экскурсия на почту»			
	Итоговое занятие по теме «Средства связи»			
<b>10</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>6</b>		
	Виды доврачебной помощи.			
	Первая помощь при травмах.			
	Домашняя аптечка. Практическая работа №24 «Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность»		1	
	Лекарственные растения.			
	Первая медицинская помощь Практическая работа №25 «Заваривание травяного настоя»		1	
	Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»			
<b>11</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	<b>4</b>		
	Деньги. Их назначение и значение в нашей жизни. Экскурсия №4 «Экскурсия в магазин»			
	Бюджет семьи			

	Практические работы №26 «Упражнения по определению доходов семьи»		1	
	Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»			
<b>12</b>	<b>Учреждения, организации, предприятия</b>	<b>3</b>		
	Промышленные предприятия.			
	Сельскохозяйственные объекты нашей местности.			
	Экскурсия №6 «Экскурсия на сельхозпредприятие»			
<b>13</b>	<b>Обобщающий урок.</b>	<b>1</b>		
	<b>итого</b>	<b>68</b>	14	

## 8 класс

№	Тема	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические работы	Контрольные работы
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>4</b>		
	Покровы тела. Уход за кожей. Значение косметики для юношей и девушек. Правила и приемы ухода за кожей лица.			
	Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья.			
	Использование масок для лица из фруктов и овощей. <i>Практическая работа №1 «Рецепты масок для лица из натуральных продуктов»</i>		1	
	Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»			
<b>2</b>	<b>Одежда</b>	<b>5</b>		
	Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики.			
	Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Стирка шерстяных и синтетических изделий.			
	Химчистка			
	Правила и приемы глажения блузок, рубашек. <i>Практическая работа №2 «Утюжка блузок, рубашек»</i>		1	
	Итоговое занятие по теме «Одежда»			
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>14</b>		
	Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.			
	Виды теста. Изделия из теста.			
	Технологическая карта. <i>Практическая работа №3 «Приготовление блинов»</i>		1	
	Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. <i>Технологическая карта. Практическая работа №4 «Приготовление оладий»</i>		1	
	<i>Технологическая карта. Практическая работа №5 «Приготовление вареников»</i>		1	
	<i>Технологическая карта. Практическая работа №6 «Приготовление пельменей»</i>		1	
	<i>Технологическая карта. Практическая работа №7 «Приготовление мантов»</i>		1	
	<i>Технологическая карта. Практическая работа №8 «Приготовление шарлотки»</i>		1	

	Технологическая карта. Практическая работа №9 «Приготовление пирожков»		1	
	Технологическая карта. Практическая работа №10 «Приготовление пирога»		1	
	Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Практическая работа №11 «Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов»		1	
	Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Практическая работа №12 «Консервирование овощей»		1	
	Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Практическая работа №13 «Консервирование фруктов»		1	
	Итоговое занятие по теме «Питание»			
<b>4.</b>	<b>Семья</b>	<b>4</b>		
	Грудной ребенок в семье, уход за ним.			
	Одежда для одевания и пеленания малыша. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. Практические работы: №14«Мытье детской посуды, игрушек», №15«Пеленание куклы».		2	
	Питание детей ясельного возраста.			
	Итоговое занятие по теме «Семья»			
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>5</b>		
	Поведение в гостях. Подготовка к визиту в гости.			
	Культура общения юноши и девушки.			
	Внешний вид молодых людей. Ролевая игра «Модный приговор»			
	Этикет. Подарки. Практическая работа №18 «Изготовление несложных сувениров»		1	
	Итоговое занятие по теме «Культура поведения»			
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>3</b>		
	Уборка кухни. Практическая работа №16		1	
	Уборка санузла, ванны. Практическая работа №17		1	
	Итоговое занятие по теме «Жилище»			
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>4</b>		
	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение. Расписание, приобретение билетов.			
	Поведение пассажиров в общественном транспорте. Опасные ситуации на транспорте. Практическая работа: №19 «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов»		1	
	Значение транспорта.			
	Итоговое занятие по теме «Транспорт»			

<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>4</b>		
	Рынки. Виды рынков.			
	Различие рынка и магазина.			
	Экскурсия №2 «Экскурсия на рынок»			
	Итоговое занятие по теме «Торговля»			
<b>9.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>4</b>		
	Телефон. Правила пользования телефонным справочником.			
	Культура разговора по телефону.			
	Вызов различных служб по телефону. Практическая работа №20 «Вызов различных служб по телефону» Междугородняя телефонная связь. Роуминг.		1	
	Итоговое занятие по теме «Средства связи»			
<b>10</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>5</b>		
	Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика.			
	Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при обморожениях			
	Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, при ожогах, их профилактика.			
	Практическая работа № 21 «Наложение повязок».		1	
	Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»			
<b>11</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	<b>5</b>		
	Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов.			
	Планирование бюджета семьи. Практическая работа № 22 «Расчет бюджета на месяц».		1	
	Оплата коммунальных услуг. Оплата телефона, электроэнергии, интернета. Практическая работа № 23 «Заполнение квитанций».		1	
	Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке. Экскурсия №3 «Экскурсия в Сбербанк».			
	Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»			
<b>12</b>	<b>Современное производство и профессиональное образование</b>	<b>10</b>		
	Учреждения и отделы по трудоустройству. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства.			
	Пути получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования.			
	Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы.			
	Практическая работа № 24 « Написание			

	деловых бумаг связанных с приёмом на работу».			
	Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств личности при выборе профессии.			
	Экскурсия №4 «Экскурсия в Центр занятости населения».			
	Департамент, муниципалитет, полиция.			
	Муниципалитет. Экскурсия №5			
	Полиция. Экскурсия №6			
	Итоговое занятие по теме «Современное производство и профессиональное образование»			
<b>13</b>	<b>Обобщающий урок.</b>	<b>1</b>		
	<b>итого</b>	<b>68</b>	23	

**Учебно-тематический план  
9 класс**

№	Тема	Количество часов	В том числе	
			Лабораторные, практические работы	Контрольные работы
<b>1.</b>	<b>Личная гигиена</b>	<b>6</b>		
	Личная гигиена подростка (повторение).			
	Значение водных процедур для здоровья человека.			
	Принадлежности для принятия водных процедур. Требования к ним.			
	Инфекционные заболевания дыхания и их профилактика. Народные способы и средства в борьбе с инфекционными заболеваниями. Практическая работа №1 «Сбор рецептов народной медицины»		1	
	ЗОЖ. Практическая работа №2 Составление таблицы «Инфекционные заболевания и способы их распространения».		1	
	Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»			
<b>2</b>	<b>Одежда</b>	<b>3</b>		
	Стили одежды. Мода. Современные направления моды в одежде.			
	Выбор индивидуального стиля в одежде. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. <i>Практическая работа №3</i> «Определение собственных размеров одежды и обуви»		1	
	Средства и правила выведения пятен. Правила безопасности при работе с бытовыми химическими. <i>Практическая работа №4</i> «Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами».		1	
<b>3.</b>	<b>Питание</b>	<b>14</b>		
	Профессии, связанные с производством и обработкой пищевых продуктов.			
	Сервировка праздничного стола. <i>Практическая работа №5</i> «Виды сервировки праздничного стола»		1	
	<i>Практическая работа №6</i> «Составление меню праздничного стола»		1	
	Диетическое питание.			
	Национальная кухня. Традиционные национальные (региональные) блюда.			
	Приготовление национальных блюд. <i>Практическая работа №7</i> «Приготовление супа харчо»		1	
	Приготовление национальных блюд.		1	



	Практическая работа №8 Приготовление плова»			
	Приготовление национальных блюд. Практическая работа №9 Приготовление «Украинского борща»		1	
	Приготовление национальных блюд. Практическая работа №10 Приготовление «Азу»		1	
	Приготовление национальных блюд. Практическая работа №11 Приготовление «Бешбармака»		1	
	Приготовление национальных блюд. Практическая работа №12 Приготовление пельменей»		1	
	Приготовление национальных блюд. Практическая работа №13 Приготовление « Окрошка»		1	
	Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Практическая работа №14 «Консервирование овощей»		1	
	Итоговое занятие по теме «Питание»			
<b>4.</b>	<b>Семья</b>	<b>6</b>		
	Российская семья. Условия создания семьи.			
	Основы семейных взаимоотношений. Конфликты в семье, пути их преодоления. Семейный кодекс РФ.			
	Условия создания семьи.			
	Распределение обязанностей по ведению семейного хозяйства.			
	Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции. Практическая работа №15 Мини-сочинение «Наша семейная традиция»		1	
	Итоговое занятие по теме «Семья»			
<b>5.</b>	<b>Культура поведения</b>	<b>6</b>		
	Адекватность поведения в обществе.			
	Культура общения юноши и девушки. Анализ ситуаций.			
	Правила хорошего тона.			
	Прием гостей. Практическая работа №16 «Прием гостей»		1	
	Правила общения с друзьями. Практическая работа №17 «Правила общения с друзьями»		1	
	Итоговое занятие по теме «Культура поведения»			
<b>6.</b>	<b>Жилище</b>	<b>5</b>		
	Интерьер жилых помещений и их комфортность. Современные стили в оформлении жилых помещений.			
	Подбор средств оформления интерьера жилого помещения с учетом запросов и потребностей семьи и санитарно-гигиенических требований. Требования			

	к подборке штор, светильников, обоев.			
	Сохранение жилого фонда.			
	Практическая работа № 18 « Комната (дом) моей мечты»		1	
	Итоговое занятие по теме «Жилище»			
<b>7.</b>	<b>Транспорт</b>	<b>3</b>		
	Аэропорт. Службы аэропорта. Назначение авиатранспорта. Маршруты.			
	Опасные ситуации на транспорте. Правила поведения в аэропорте, во время полета. <i>Практические работы №19</i> «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов»		1	
	Итоговое занятие по теме «Транспорт»			
<b>8.</b>	<b>Торговля</b>	<b>4</b>		
	Ярмарки. Значение и виды ярмарок.			
	Время проведения ярмарок.			
	Магазины по сниженным ценам, эконом-класса.			
	Итоговое занятие по теме «Торговля».			
<b>9.</b>	<b>Средства связи</b>	<b>3</b>		
	Виды связи.			
	Виды денежных переводов, их стоимость, скорость. <i>Практическая работа №20</i> «Заполнение бланков на отправку денежного перевода» <i>Экскурсия №1</i> «Экскурсия на почту»		1	
	Итоговое занятие по теме «Средства связи»			
<b>10</b>	<b>Медицинская помощь</b>	<b>6</b>		
	Инфекционные заболевания.			
	Уход за больным.			
	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.			
	Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом.			
	Первая помощь при несчастных случаях. Практическая работа №21 «Приемы оказания первой помощи при отравлении, при спасении утопающего».		1	
	Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»			
<b>11</b>	<b>Экономика домашнего хозяйства</b>	<b>4</b>		
	Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов.			
	Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке.			
	<i>Экскурсия №2</i> «Экскурсия в Сбербанк».			
	Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»			
<b>12</b>	<b>Учреждения и организации</b>	<b>3</b>		
	Предприятия бытового обслуживания.			
	Правила пользования услугами службы быта.			
	Итоговое занятие по теме «Учреждения и организации»			

<b>13</b>	<b>Трудоустройство</b>	<b>4</b>		
	Учреждения и отделы по трудоустройству.			
	Оформление на работу.			
	Документы, необходимые для устройства на работу.			
	Итоговое занятие по теме «Трудоустройство»			
<b>14</b>	<b>Обобщающий урок</b>			
	<b>итого</b>	<b>68</b>	21	

## Содержание

5 класс

34 часа

### **Личная гигиена – 3 часа**

Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска).

*Практическая работа № 1* «Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос»

Гигиена зрения и слуха. *Практическая работа № 2* «Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей»

Гигиена зрения и слуха. *Практическая работа № 2* «Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей»

#### **Практические работы**

*Практическая работа № 1* «Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос»

*Практическая работа № 2* «Выполнение вечернего туалета. Чистка ушей»

**Знать:** Личная гигиена. Уход за волосами (мытьё, причёска). Гигиена зрения и слуха

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **2. Одежда и обувь-3 часа**

Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

#### ***Практические работы***

№3 «Чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды»

№4 «Чистка и сушка обуви»

**Знать:** Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **3. Питание 8 часов**

Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой. Приготовление завтрака. Простые открытые, сложные, комбинированные, горячие и холодные бутерброды.

Яйца отварные, яичница и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая.

Сервировка стола к завтраку.

#### ***Практические работы:***

№5 «Варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку»

№6 «Яичница. Варка яиц. Омлет»

№7 «Приготовление бутербродов»

№8«Приготовление салата, винегрета »

№9«Чистка и мытьё кухонных принадлежностей и посуды »

**Знать:** Продукты питания (хлеб, мясо, овощи, фрукты и т. д.). Значение разнообразия продуктов питания для здоровья человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и

приборы, посуда. Правила пользования и ухода за ними. Химические средства для ухода за посудой. Приготовление завтрака. Простые открытые, сложные, комбинированные, горячие и холодные бутерброды. Яйца отварные, яичница и омлет. Приготовление салата, винегрета. Заваривание чая.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **4. Культура поведения-4 часа.**

Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании. Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам. Разговор со старшими и сверстниками.

**Знать:** Виды одежды и головных уборов. Уход за одеждой. Обувь, уход за обувью.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **5. Жилище 3 часа**

Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома и школы.

##### ***Практическая работа***

*№10 «Почтовый адрес дома и школы»*

**Знать:** Виды жилых помещений в городе и деревне. Жилой дом, интернатские помещения. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления. Почтовый адрес дома и школы.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **6. Транспорт 5 часов**

Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

##### ***Практическая работа***

*№11 «Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе»*

*Экскурсия №1 «Коллективные поездки в транспорте»*

**Знать:** Наземный городской транспорт. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте, поведение на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **7. Торговля 4 часа.**

Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

*Экскурсия №2 «Экскурсия в продовольственный магазин»*

*Практическая работа №12 «Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах»*

**Знать:** Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, супермаркеты, специализированные магазины. Их назначение. Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **8. Медицинская помощь – 2 часа.**

Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение.

*Экскурсия №3 «Экскурсия в аптеку».*

**Знать:** Медицинские учреждения: поликлиники, аптеки, диспансеры, больницы. Их назначение

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **9. Учреждения, организации, предприятия – 1 час.**

Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение.

*Экскурсия №4 «Экскурсия в детский сад».* Дошкольные и школьные учреждения. *Экскурсия в №4 «Экскурсия в детский сад»*

**Знать:** Дошкольные и школьные учреждения (детские ясли, детсад, школа, дом детского творчества). Их назначение.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **10. Обобщающий урок. -1 час.**

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**Содержание учебного предмета, курса**

**34 часа**

**6 класс**

### **1. Личная гигиена – 3 часа**

Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног).

Профилактика грибковых заболеваний.

*Практическая работа № 1 «Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук».*

**Знать/ понимать:** Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **2. Одежда – 3 часа**

Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва). Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

**Практические работы:**

№2 «Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва»

№3 «Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей»

№4 «Утюжка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей»

**Знать/ понимать:** Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распоровшегося шва. Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей. Утюжка фартуков, косынок, салфеток и др.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **3. Питание – 8 часов**

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину.

*Практические работы:*

№5 «Отварной картофель с зеленью»

№6 «Картофельное пюре»

№7 «Приготовление каши на воде»

№9 «Запеканка из творога»

**Знать/ понимать:** Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **4. Семья – 3 часа**

Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.). Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

**Знать/ понимать:** Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и т. д.). Личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **5. Культура поведения – 2 часа**

Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

**Знать/ понимать:** Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **6. Жилище – 4 часа**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.

*Практические работы:*

№10 «Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним»

№11 «Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка»

№12 «Мытьё полов»

**Знать/ понимать:** Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **7. Транспорт – 3 часа.**

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты Экскурсия на вокзал (станцию).

*Экскурсия №1 «Экскурсия на вокзал»*

**Знать/ понимать:** Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты Экскурсия на вокзал (станцию).

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **8. Торговля – 2 часа**

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость.

*Экскурсия №2 «Экскурсия в промтоварный магазин».*

**Знать/ понимать:** Продовольственные и специализированные продовольственные магазины. Виды товаров, их стоимость.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **9. Средства связи – 2 часа**

Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах.

*Практические работы:*

№13 «Написание адреса и индекса на конвертах»

№14 «Составление телеграмм, заполнение телеграфных бланков»

**Знать/ понимать:** Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). . Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки. Написание адреса и индекса на конвертах.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **10. Медицинская помощь – 2 часа**

Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений, их значение (больница, поликлиника, аптека, диспансер). Работники медицинских учреждений, их обязанности.



*Экскурсия №3 «Экскурсия в аптеку».*

**Знать/ понимать:** Виды медицинской помощи (доврачебная, врачебная). Виды врачебной помощи (помощь на дому, скорая помощь, амбулаторная, стационарная). Виды медицинских учреждений, их значение (больница, поликлиника, аптека, диспансер). Работники медицинских учреждений, их обязанности.

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **11. Учреждения, организации, предприятия – 1 час**

Дошкольные и школьные учреждения (школа, дом детского творчества). Их назначение. Виды кружков и секций при школе и ДК.

*Экскурсия №4 «Знакомство с работой школьных кружков и секций»*

**Знать/ понимать:** Дошкольные и школьные учреждения (школа, дом детского творчества). Их назначение. Виды кружков и секций при школе и ДК.

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **12.Обобщающий урок – 1ч.**

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **Содержание учебного предмета, курса**

**(7 класс)**

**68 часов**

#### **1. Личная гигиена – 6 часов**

Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица. Практическая работа №1 «Уход за кожей лица, рук» Уход за волосами. Практическая работа №2 «Уход за волосами» Гигиена одежды, нательного и постельного белья. Практическая работа №3 «Индивидуальные предметы гигиены», Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»

*Практическая работа:*

№1 «Уход за кожей лица, рук»

№2 «Уход за волосами»

№3 «Индивидуальные предметы гигиены»,

**Знать/ понимать:** Личная гигиена подростка. Индивидуальные предметы гигиены. Правила сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица. Уход за волосами. Гигиена одежды, нательного и постельного белья. Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **2. Одежда – 8 часов**

Значение продления срока служения одежды. Ремонт одежды. Ремонт разорванных мест одежды, штопка.

Практическая работа № 4 «Ремонт разорванных мест одежды, штопка» Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины. Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.

Использование бытовой техники при стирке х/б белья. Ручная стирка изделий из шелка. Прачечная.

Практическая работа №5 «Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины» Правила и приемы глажения белья, брюк. Практическая работа №6

«Правила и приёмы глаженья белья и брюк» Итоговое занятие по теме «Одежда»

*Практические работы:*

№ 4 «Ремонт разорванных мест одежды, штопка»

№5 «Стирка мелких предметов из белой хлопчатобумажной ткани вручную и с помощью стиральной машины»

№6 «Правила и приёмы глаженья белья и брюк»

**Знать/ понимать:**

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **3. Питание – 14 часов**

Виды питания. Меню. Использование механических приборов при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Значение первых и вторых блюд. Классификация. Приготовление пищи: обед. Закуски. Технологическая карта Приготовление пищи: обед. Закуски. Практическая работа №7 «Приготовление закусок» Приготовление пищи. Обед. Первые и вторые блюда из овощей. Технологическая карта Приготовление пищи. Обед. Первые и вторые блюда из овощей. Практическая работа №8 «Приготовление первых блюд» Приготовление пищи: обед. Первые и вторые блюда из рыбных и мясных продуктов. Технологическая карта Практическая работа №9 «Приготовление вторых блюд» Приготовление пищи: обед. Третьи блюда. Технологическая карта Приготовление пищи: обед. Третьи блюда. Практическая работа №10 «Приготовление третьих блюд» Сервировка стола к обеду. Практическая работа №11 «Сервировка стола к обеду» Итоговое занятие по теме «Питание»

*Практические работы:*

№7 «Приготовление закусок»

№8 «Приготовление первых блюд»

№9 «Приготовление вторых блюд»

№10 «Приготовление третьих блюд»

№11 «Сервировка стола к обеду»

**Знать/ понимать:** Виды питания. Меню. Использование механических приборов при приготовлении пищи. Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи. Значение первых и вторых блюд. Классификация. Третьи блюда. Технологическая карта Сервировка стола к обеду. Итоговое занятие по теме «Питание»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **4. Семья – 4 часа**

Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.

Практическая работа №12 «Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку» Тихие и подвижные игры. Практические работы: №13 «Разучивание тихих и подвижных игр» №14 «Проведение игр с детьми младшего возраста» Итоговое занятие по теме «Семья»

*Практические работы:*

№12 «Оказание помощи первоклассникам в одевании на прогулку»

№13 «Разучивание тихих и подвижных игр»

№14 «Проведение игр с детьми младшего возраста»

**Знать/ понимать:** Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Тихие и подвижные игры. Итоговое занятие по теме «Семья»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **5. Культура поведения – 5 часов**

Правила приема приглашения в гости. Подготовка к визиту в гости. Этикет Поведение в гостях. Подарки. Практическая работа №15 «Изготовление несложных сувениров». Итоговое занятие по теме «Культура поведения»

*Практические работы:*

№15 «Изготовление несложных сувениров»

**Знать/ понимать:** Правила приема приглашения в гости. Подготовка к визиту в гости. Этикет Поведение в гостях. Подарки Итоговое занятие по теме «Культура поведения»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **6. Жилище – 5 часов**

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Практические работы

№16 «Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал», №17 «Утепление окон» Уход за полом ( паркет, ленолиум) Образцы моющих средств. Практические работы №18 «Уход за полом» Животные в доме (кошка, собака, попугай). Санитарная обработка помещения. Образцы дезинфицирующих средств. Практическая работа №19 «Санитарная обработка помещения» Итоговое занятие по теме «Жилище»

*Практические работы:*

№16 «Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал»,

№17 «Утепление окон»

№18 «Уход за полом»

№19 «Санитарная обработка помещения»

**Знать/ понимать:** Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Уход за полом

( паркет, ленолиум) Образцы моющих средств. Животные в доме (кошка, собака, попугай). Санитарная обработка помещения. Образцы дезинфицирующих средств.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **7. Транспорт – 4 часа**

Междугородный железнодорожный транспорт. Виды вагонов. Практические работы №20 «Расписание поездов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа». Вокзал. Экскурсия №1 «Экскурсия на вокзал» Итоговое занятие по теме «Транспорт»

Практическая работа:

№20 «Расписание поездов. Приобретение железнодорожных билетов. Камеры хранения багажа»

*Экскурсия №1 «Экскурсия на вокзал»*

**Знать/ понимать:** Междугородный железнодорожный транспорт. Виды вагонов. Вокзал. Итоговое занятие по теме «Транспорт»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **8. Торговля – 4 часа**

Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Ассортимент и порядок приобретения товаров. Практическая работа: №21 «Стоимость некоторых товаров и порядок приобретения товаров». Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия №2 «Экскурсия в промтоварный магазин» Порядок приобретения товаров Итоговое занятие по теме «Транспорт»

*Практические работы:*

№21 «Стоимость некоторых товаров и порядок приобретения товаров»

*Экскурсия №2 «Экскурсия в промтоварный магазин»*

**Знать/ понимать:** Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Ассортимент и порядок приобретения товаров. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товаров. Экскурсия Порядок приобретения товаров Итоговое занятие по теме «Транспорт»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **9. Средства связи – 4 часа**

Виды бандеролей. Практическая работа №22 «Заполнение бланков на отправку бандеролей.

**Упаковка бандеролей»** Посылки. Порядок отправления. Практическая работа №23 «Заполнение бланков на отправку посылки. Упаковка посылки» Экскурсия №3 «Экскурсия на почту» Итоговое занятие по теме «Средства связи»

*Практические работы:*

№22 «Заполнение бланков на отправку бандеролей. Упаковка бандеролей»

№23 «Заполнение бланков на отправку посылки. Упаковка посылки»

Экскурсия №3 «Экскурсия на почту»

**Знать/ понимать:** Виды бандеролей. Посылки. Порядок отправления. Экскурсия Итоговое занятие по теме «Средства связи»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **10. Медицинская помощь – 6 часов**

Виды доврачебной помощи. Первая помощь при травмах. Домашняя аптечка. Практическая работа №24 «Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность» Лекарственные растения. Первая медицинская помощь Практическая работа №25 «Заваривание травяного настоя» Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»

*Практические работы:*

№24 «Упражнения в наложении повязок на рану, поврежденную конечность»

№25 «Заваривание травяного настоя»

**Знать/ понимать:** Виды доврачебной помощи. Первая помощь при травмах. Домашняя аптечка. Лекарственные растения. Первая медицинская помощь . Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **11. Экономика домашнего хозяйства – 4 часа**

Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Бюджет семьи.

Экскурсия №4 «Экскурсия в магазин» *Практические работы* №26 «Упражнения по определению доходов семьи» Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»

*Практические работы:*

№26 «Упражнения по определению доходов семьи»

Экскурсия №4 «Экскурсия в магазин»

**Знать/ понимать:** Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни. Бюджет семьи. Экскурсия Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **12. Учреждения, организации, предприятия – 3 часа**

Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты нашей местности. Экскурсия №6 «Экскурсия на сельхозпредприятие»

*Экскурсия №6 «Экскурсия на сельхозпредприятие»*

**Знать/ понимать:** Промышленные предприятия и сельскохозяйственные объекты нашей местности. Экскурсия

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **13. Обобщающий урок – 1ч.**

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

## **Содержание учебного предмета, курса**

**8 класс**

**68 часов**

### **1. Личная гигиена – 4 часа.**

Покровы тела. Уход за кожей. Значение косметики для юношей и девушек. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Использование масок для лица из фруктов и овощей.

*Практическая работа №1 «Рецепты масок для лица из натуральных продуктов»* Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»

*Практическая работа №1 «Рецепты масок для лица из натуральных продуктов».*

**Знать/ понимать:** Покровы тела. Уход за кожей. Значение косметики для юношей и девушек. Правила и приемы ухода за кожей лица.

Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья. Использование масок для лица из фруктов и овощей.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **2. Одежда – 5 часов**

Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики.

Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Стирка шерстяных и синтетических изделий. Химчистка. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. *Практическая работа №2 « Утюжка блузок, рубашек»* Итоговое занятие по теме «Одежда»

*Практическая работа №2 « Утюжка блузок, рубашек»*

**Знать/ понимать:** Особенности ухода за одеждой, изготовленной из шерсти и синтетики.

Правила безопасности при работе со стиральными порошками. Стирка шерстяных и синтетических изделий. Химчистка. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Итоговое занятие по теме «Одежда»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **3. Питание – 14 часов**

Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.

Изделия из теста. Виды теста. Технологическая карта. *Практическая работа №3 « Приготовление блинов»»*

Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. *Технологическая карта. Практическая работа №4*

*«Приготовление оладий»» Технологическая карта. Практическая работа №5 «Приготовление вареников» Технологическая карта. Практическая работа №6 «Приготовление пельменей» Технологическая карта.*

*Практическая работа №7 «Приготовление мантов» Технологическая карта. Практическая работа №8*

*«Приготовление шарлотки» Технологическая карта. Практическая работа №9 «Приготовление пирожков»*

*Технологическая карта. Практическая работа №10 «Приготовление пирога»* Домашняя заготовка пищевых

продуктов. Продукты впрок. *Практическая работа 11 «Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов»* Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. *Практическая работа №12*

«Консервирование овощей» Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. *Практическая работа №13 «Консервирование фруктов»* Итоговое занятие по теме «Питание»

*Практические работы:*

№3 «Приготовление блинов»

№4 «Приготовление оладий»

№5 «Приготовление вареников»

№6 «Приготовление пельменей»

№7 «Приготовление мантов»

№8 «Приготовление шарлотки»

№9 «Приготовление пирожков»

№10 «Приготовление пирога»

№11 «Сушка фруктов, овощей, зелени. Нарезка зелени и фруктов»

№12 «Консервирование овощей»

№13 «Консервирование овощей»

**Знать/ понимать:** Гигиена приготовления пищи. Санитарные требования к помещению кухни и столовой. Выполнение правил санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов.

Изделия из теста. Виды теста. Технологическая карта Приготовление хлебобулочных и кондитерских изделий. Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. Итоговое занятие по теме «Питание»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **4. Семья – 4 часа.**

Грудной ребенок в семье, уход за ним. Одежда для одевания и пеленания малыша. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. Практические работы:

№14 «Мытье детской посуды, игрушек», №15 «Пеленание куклы». Питание детей ясельного возраста

Итоговое занятие по теме «Семья»

*Практические работы*

№14 «Мытье детской посуды, игрушек»

№15 «Пеленание куклы».

**Знать/ понимать:** Грудной ребенок в семье, уход за ним. Одежда для одевания и пеленания малыша. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка. Питание детей ясельного возраста Итоговое занятие по теме «Семья»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **5. Жилище – 3 часа**

Уборка кухни. Практическая работа №16 «Уборка кухни» Уборка санузла, ванны. Практическая работа №17 «Уборка санузла, ванны» Итоговое занятие по теме «Жилище»

*Практические работы:*

№16 «Уборка кухни»

№17 «Уборка санузла, ванны»

**Знать/ понимать:** Уборка кухни. Практическая работа №16 «Уборка кухни» Уборка санузла, ванны. Итоговое занятие по теме «Жилище»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **6. Культура поведения – 5 часов**

Поведение в гостях. Подготовка к визиту в гости. Культура общения юноши и девушки Внешний вид молодых людей. Ролевая игра «Модный приговор» Этикет. Подарки. Практическая работа №18 «Изготовление несложных сувениров» Итоговое занятие по теме «Культура поведения»

*Практические работы:*

№18 «Изготовление несложных сувениров»

**Знать/ понимать:** Поведение в гостях. Подготовка к визиту в гости. Культура общения юноши и девушки Внешний вид молодых людей. Ролевая игра «Модный приговор» Этикет. Подарки.

Итоговое занятие по теме «Культура поведения»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **7. Транспорт – 4 часа.**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение. Расписание, приобретение билетов. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Практическая работа: №19 «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов» Значение транспорта. Итоговое занятие по теме «Транспорт»

*Практические работы:*

№19 «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов»

**Знать/ понимать:** Междугородний автотранспорт. Автовокзал, назначение. Расписание, приобретение билетов. Поведение пассажиров в общественном транспорте. Значение транспорта. Итоговое занятие по теме «Транспорт»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **8. Торговля – 4 часа.**

Рынки. Виды рынков. Различие рынка и магазина.

*Экскурсия №2 «Экскурсия на рынок»* Итоговое занятие по теме «Торговля»

**Знать/ понимать:** Рынки. Виды рынков. Различие рынка и магазина. Итоговое занятие по теме «Торговля»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **9. Средства связи – 4 часа**

Телефон. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов различных служб по телефону. Практическая работа №20 «Вызов различных служб по телефону» Междугородняя телефонная связь. Роуминг. Итоговое занятие по теме «Средства связи»

*Практические работы:*

№20 «Вызов различных служб по телефону»

**Знать/ понимать:** Телефон. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Вызов различных служб по телефону. Междугородняя телефонная связь. Роуминг. Итоговое занятие по теме «Средства связи»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **10. Медицинская помощь – 5 часов.**

Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика. Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при обморожениях, тепловом и солнечном ударах, при ожогах, их профилактика. Практическая работа № 21 «Наложение повязок». Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»

*Практическая работа № 21 «Наложение повязок».*

**Знать/ понимать:** Несчастные случаи. Причины возникновения. Профилактика. Первая помощь при несчастных случаях. Оказание первой помощи при обморожениях, тепловом и солнечном ударах, при ожогах, их профилактика. Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **11. Экономика домашнего хозяйства – 5 часов**

Сбережения, их назначение. **Значение и способы экономии расходов.** Планирование бюджета семьи. *Практическая работа № 22 «Расчет бюджета на месяц».* Оплата коммунальных услуг. Оплата телефона, электроэнергии, интернета. *Практическая работа № 23 «Заполнение квитанций».* Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке. *Экскурсия №3 «Экскурсия в Сбербанк».* Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»

#### *Практические работы*

№ 22 «Расчет бюджета на месяц».

№ 23 «Заполнение квитанций

*Экскурсия №3 «Экскурсия в Сбербанк».*

**Знать/ понимать:** Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов.

Планирование бюджета семьи. Оплата коммунальных услуг. Оплата телефона, электроэнергии, интернета. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке. Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **12. Современное производство и профессиональное образование – 10ч**

Учреждения и отделы по трудоустройству. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства. Пути получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы. *Практическая работа № 24 « Написание деловых бумаг связанных с приёмом на работу».* Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств личности при выборе профессии. *Экскурсия №4 «Экскурсия в Центр занятости населения».* Департамент, муниципалитет, полиция. Муниципалитет. *Экскурсия №5 «Муниципалитет» Полиция.* *Экскурсия №6 «Полиция»* Итоговое занятие по теме «Современное производство и профессиональное образование»

#### *Практические работы*

№ 24 « Написание деловых бумаг связанных с приёмом на работу

*Экскурсии*

№4 «Экскурсия в Центр занятости населения».

№5 «Муниципалитет

№6 «Полиция»

**Знать/ понимать:** Учреждения и отделы по трудоустройству. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства. Пути получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования Оформление на работу (временно, постоянно), необходимые документы. Региональный рынок труда и образовательных услуг. Учет качеств личности при выборе профессии Итоговое занятие по теме «Современное производство и профессиональное образование»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### **13. Обобщающий урок – 1ч.**

**Уметь: Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

Содержание учебного предмета, курса

68 часов



## 9 класс

### 1. Личная гигиена – 6 часов.

Личная гигиена подростка (повторение). Значение водных процедур для здоровья человека. Принадлежности для принятия водных процедур. Требования к ним. Инфекционные заболевания дыхания и их профилактика. Народные способы и средства в борьбе с инфекционными заболеваниями. Практическая работа №1 «Сбор рецептов народной медицины» ЗОЖ Практическая работа №2 Составление таблицы «Инфекционные заболевания и способы их распространения». Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»

*Практические работы:*

№1 «Сбор рецептов народной медицины».

№2 Составление таблицы «Инфекционные заболевания и способы их распространения».

**Знать/ понимать:** Личная гигиена подростка (повторение). Значение водных процедур для здоровья человека. Принадлежности для принятия водных процедур. Требования к ним. Инфекционные заболевания дыхания и их профилактика. Народные способы и средства в борьбе с инфекционными заболеваниями ЗОЖ. Итоговое занятие по теме «Личная гигиена»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### 2. Одежда – 3 часа.

Стили одежды. Мода. Современные направления моды в одежде. Выбор индивидуального стиля в одежде. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. *Практическая работа №3* «Определение собственных размеров одежды и обуви» Средства и правила выведения пятен. Правила безопасности при работе с бытовыми химическими средствами. *Практическая работа №4* «Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами».

*Практические работы:*

№3 «Определение собственных размеров одежды и обуви»

№4 «Удаление загрязнений с одежды бытовыми средствами».

**Знать/ понимать:** Стили одежды. Мода. Современные направления моды в одежде. Выбор индивидуального стиля в одежде. Выбор одежды и обуви в соответствии с назначением. Средства и правила выведения пятен. Правила безопасности при работе с бытовыми химическими средствами

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### 3. Питание – 14 часов.

Профессии, связанные с производством и обработкой пищевых продуктов. Сервировка праздничного стола. *Практическая работа №5* «Виды сервировки праздничного стола» *Практическая работа №6* «Составление меню праздничного стола». Диетическое питание. Национальная кухня. Традиционные национальные (региональные) блюда. Приготовление национальных блюд *Практические работы №7* «Приготовление супа харчо», *№8* Приготовление плова»; *№9* Приготовление «Украинского борща» *№10* Приготовление «Азу»; *№11* Приготовление «Бешбармака»; *№12* Приготовление пельменей» *№13* Приготовление «Окрошка» Домашняя заготовка пищевых продуктов. Продукты впрок. *Практическая работа №14* «Консервирование овощей» Итоговое занятие по теме «Питание»

*Практические работы:*

№5 «Виды сервировки праздничного стола»

№6 «Составление меню праздничного стола»

№7 «Приготовление супа харчо»

№8 Приготовление плова»;

№9 Приготовление «Украинского борща»

№10 Приготовление «Азу»;

№11 Приготовление «Бешбармака»;

№12 Приготовление пельменей»

№13 Приготовление «Окрошка»

№14 «Консервирование овощей»

**Знать/ понимать:** Профессии, связанные с производством и обработкой пищевых продуктов. Сервировка праздничного стола Диетическое питание. Национальная кухня. Традиционные национальные (региональные) блюда. Приготовление национальных блюд. Итоговое занятие по теме «Питание» **Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

### 4. Семья – 6 часов.

Российская семья. Условия создания семьи. Основы семейных взаимоотношений. Конфликты в семье, пути их преодоления. Семейный кодекс РФ. Условия создания семьи. Распределение обязанностей по ведению семейного хозяйства. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции. **Практическая работа №9** Мини- сочинение «Наша семейная традиция» Итоговое занятие по теме «Семья»

**Практические работы:**

**№15** Мини-сочинение «Наша семейная традиция»

**Знать/ понимать:** Российская семья. Условия создания семьи. Основы семейных взаимоотношений. Конфликты в семье, пути их преодоления. Семейный кодекс РФ. Условия создания семьи. Распределение обязанностей по ведению семейного хозяйства. Формы организации досуга и отдыха в семье. Семейные традиции.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**5. Культура поведения – 6 часов.**

Адекватность поведения в обществе. Культура общения юноши и девушки. Анализ ситуаций. Правила хорошего тона. Прием гостей. Практическая работа №16 «Прием гостей» Правила общения с друзьями. Практическая работа №17 «Общение с друзьями»

**Практические работы:**

№16 «Прием гостей»

№17 «Общение с друзьями»

**Знать/ понимать:** Адекватность поведения в обществе. Культура общения юноши и девушки. Анализ ситуаций. Правила хорошего тона. Прием гостей. Правила общения с друзьями.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**6. Жилище – 5 часов.**

Интерьер жилых помещений и их комфортность. Современные стили в оформлении жилых помещений. Подбор средств оформления интерьера жилого помещения с учетом запросов и потребностей семьи и санитарно-гигиенических требований. Требования к подборке штор, светильников, обоев. Сохранение жилого фонда. Практическая работа № 18 « Комната (дом) моей мечты» Итоговое занятие по теме «Жилище»  
*Практическая работа № 18* « Комната (дом) моей мечты»

**Знать/ понимать:** Интерьер жилых помещений и их комфортность. Современные стили в оформлении жилых помещений. Подбор средств оформления интерьера жилого помещения с учетом запросов и потребностей семьи и санитарно-гигиенических требований. Требования к подборке штор, светильников, обоев. Сохранение жилого фонда.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**7. Транспорт – 3 часа.**

Аэропорт. Службы аэропорта. Назначение авиатранспорта. Маршруты. Опасные ситуации на транспорте. Правила поведения в аэропорте, во время полета. *Практические работы №19* «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов» Итоговое занятие по теме «Транспорт»

**Практические работы:**

№19 «Расписание автотранспорта. Приобретение билетов»

**Знать/ понимать:** Аэропорт. Службы аэропорта. Назначение авиатранспорта. Маршруты. Опасные ситуации на транспорте. Правила поведения в аэропорте, во время полета.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**8. Торговля – 4 часа.**

Ярмарки. Значение и виды ярмарок. Время проведения ярмарок. Магазины по сниженным ценам, эконом-класса. Итоговое занятие по теме «Торговля».

**Знать/ понимать:** Ярмарки. Значение и виды ярмарок. Время проведения ярмарок. Магазины по сниженным ценам, эконом-класса. Итоговое занятие по теме «Торговля».

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**9. Средства связи – 3 часа**

Виды связи. Виды денежных переводов, их стоимость, скорость. *Практическая работа №20* «Заполнение бланков на отправку денежного перевода» *Экскурсия №1* «Экскурсия на почту»

Итоговое занятие по теме «Средства связи»

**Практические работы:**

№20 «Заполнение бланков на отправку денежного перевода»

*Экскурсия №1 «Экскурсия на почту»*

**Знать/ понимать:** Виды связи. Виды денежных переводов, их стоимость, скорость. Итоговое занятие по теме «Средства связи»

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **10. Медицинская помощь – 6 часов.**

Инфекционные заболевания. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом. Первая помощь при несчастных случаях.

Практическая работа №21 «Приемы оказания первой помощи при отравлении, при спасении утопающего».

Итоговое занятие по теме «Медицинская помощь»

*Практическая работа №21* «Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом, при спасении утопающего».

**Знать/ понимать:** Инфекционные заболевания. Уход за больным. Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Приемы оказания первой помощи при отравлении угарным газом. Первая помощь при несчастных случаях.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **11. Экономика домашнего хозяйства – 3 часа .**

Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке. *Экскурсия №2 «Экскурсия в Сбербанк».* Итоговое занятие по теме «Экономика домашнего хозяйства»

*Экскурсия №2 «Экскурсия в Сбербанк».*

**Знать/ понимать:** Сбережения, их назначение. Значение и способы экономии расходов. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанке.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **12. Учреждения и организации -3 часа**

Предприятия бытового обслуживания. Правила пользования услугами службы быта. Итоговое занятие по теме «Учреждения и организации»

**Знать/ понимать:** Предприятия бытового обслуживания. Правила пользования услугами службы быта.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **13. Трудоустройство- 4 часа.**

Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для устройства на работу. Итоговое занятие по теме «Трудоустройство»

**Знать/ понимать:** Учреждения и отделы по трудоустройству. Оформление на работу. Документы, необходимые для устройства на работу.

**Уметь:** выполнять практические работы

**Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

#### **14. Обобщающий урок**

**Знать/ понимать:** **Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**

**Контроль уровня обученности.  
Контрольная работа по ОСЖ за год**

**5 класс  
1-2 уровень**

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Лицо, шею, уши моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться (в бане) нужно не реже	1 раза в неделю 1 раз в месяц 2 раз в месяц
3. Умываться нужно водой	горячей холодной тёплой
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
5. После еды нужно	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
6. Назови комнату, предназначенную для детей.	

7. Зачеркни лишнее. Семья – это	мама, папа, подруга, брат, сестра, дедушка.
8. Что делают с грязной резиновой обувью?	Моют Сушат Чистят
9. Как называется вид одежды, которую носят осенью-весной?	Осенняя Весенняя Осенне-весенняя Демисезонная

**Контрольная работа по ОСЖ за год**  
**5 класс**  
**3 уровень**

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Лицо, шею, уши моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться (в бане) нужно не реже	1 раза в неделю 1 раза в месяц 2 раз в месяц
3. Умываться нужно водой	горячей холодной тёплой
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
5. После еды нужно	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
6. Назови комнату, предназначенную для детей.	

7. Зачеркни лишнее. Семья – это	мама, папа, подруга, брат, сестра, дедушка.
------------------------------------	---

### Контрольная работа по ОСЖ за год

6 класс

*1-2 уровень*

1. Лицо, шею, уши, ноги моют с мылом	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
2. Полностью мыться с мылом (в бане) нужно:	1 раз в неделю 1 раз в месяц 2 раза в месяц
3. Выбери, какие слова нужно говорить при встрече с человеком	До встречи Прощайте Всего доброго До свидания Рад познакомиться Здравствуй
4. Перед едой нужно	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот

5.Столовая посуда – это	Тарелка Вилка Ложка Кастрюля Шумовка Нож Дуршлаг
6.Посуда для приготовления пищи – это	Тарелка Вилка Ложка Кастрюля Шумовка Нож Дуршлаг
7.Родственные отношения	Мать Брат Подружка Сестра Отец Дедушка Сосед Бабушка
8.Что нужно для стирки белья	1. Таз 2. Крем 3. Холодная вода 4. Теплая вода 5. Мыло туалетное 6. Мыло хозяйственное
9.Для какого вида ткани эти обозначения на утюге	* ** ***

### Контрольная работа по СБО за год

7 класс

1-2 уровень

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. В каком порядке лучше делать уборку квартиры? Отметь порядок действий	Вымыть пол Протереть пыль Подмести пол
2. При жирной коже лица нужно	Умываться с мылом, очищать кожу лосьоном Мыться прохладной водой, смазывать кожу кремом Умываться горячей водой
3. Отметь описание жирных волос	Сальные, висят сосульками Тусклые, секутся Живые, блестящие
4. Как называется официальный документ, удостоверяющий личность владельца?	Проездной билет Диплом Паспорт

	Аттестат
5. Мягкая мебель, это-	Стол, стул Шкаф, комод Кресло, диван
6. Сумма денежного перевода	100 рублей 1000 рублей Не ограничена
7. Вычеркни лишнее слово.	Аэропорт, лётчик, маршрут, рейс, салон, газон, трап, авиатранспорт, машинист.
8. Городской транспорт.	Легковой автомобиль. Трактор. Автобус.
9. Как лучше приходить в гости: минут на 5-10 пораньше или попозже?	-Лучше немного пораньше -нужно опоздать на 10 минут -раньше на 30 минут
10. Что означает слово «сувенир»	
11. У входа в магазин:	1. Пропусти выходящих из магазина 2. Сначала должны войти, а потом выйти
12. Хранить чек:	1. Чек не хранить 2. Чек сохранять
13. Как называется отвар мяса, рыбы, овощей, грибов	
14. Что варится долго?	1. Лапша 2. Картофель резаный 3. Капуста квашеная

**Контрольная работа по ОСЖ за год**  
**8 класс**  
**1-2уровень**

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Угри, расширенные поры, сальность, воспаления на коже, – это признаки	Сухой кожи лица Нормальной кожи Жирной кожи лица	
2. При жирной коже лица нужно	Умываться с мылом, очищать кожу лосьоном Мыться прохладной водой, смазывать кожу кремом Умываться горячей водой	
3. Мыть посуду нужно:	Сразу же после еды Торопиться не нужно, засохшая легче отмывается	



	Сначала отмочить в теплой воде	
4. Как называют способ сохранения (впрок) продуктов от порчи?	Приготовление Консервирование Размораживание	
5. Укажи правильные ответы:  Что входит в санитарно -гигиенические требования к приготовлению пищи?	Чистые руки Свежие продукты Длинные, накрашенные ногти Грязная посуда Надеть фартук, косынку (колпак) Отдельные доски для разных продуктов	
6. Консервирование замораживанием -	Консервирование высокой температурой Консервирование низкой температурой	
7.Источники дохода семьи	заработная плата - пенсия - стипендия - плата за проезд - пособия	
8. По каким номерам можно позвонить в специальные службы	.милиция ----- скорая помощь----- пожарная часть----- служба газа-----	
9. Как сушить шерстяные вещи	На плечиках На веревке На ровной поверхности	
10.Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам	Это интересно Потом можно пересказать Чтобы правильно использовать средство	
11.Отметь лишний предмет для ухода за унитазом	Веник Вантуз Ерш	

**Контрольная работа по ОСЖ за год**  
**9 класс**  
**1-2 уровень**

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Варианты обновления одежды:	Наложение заплаты Замена замка Замена воротника Покупка нового платья	
2. Выбор одежды при покупке	Знать свой размер Покупать то, что попадетя Покупать необходимую вещь	
3. Твои действия в магазине при покупке	Узнай гарантийный срок Не бери чек Возьми чек	

4. Выбери продукты, которые подходят для диетического питания.	Творог, сало, кефир, молоко, маринованные огурцы, геркулес, колбаса
5. При диетическом питании надо есть:	один раз в день; три раза в день; пять раз в день.
6. Выбери блюда для завтрака спортсмена в день соревнований	Яблоко, творог, какао, компот, селедка, торт, сыр, масло, хлеб, шоколад, хлеб.
7. Как называется лечебная повязка из марли, полотна?	
8. Крепкая семья основана на:	Экономическом расчете На любви и уважении
9. Основной возраст для вступления в брак:	С 18 лет С 14 лет
10. Как называется свободное от работы время?	
11. Что значит обычай, установившийся порядок поведения в быту?	
12. Деньги можно отправить	1. в конверте 2. денежным переводом 3. в посылке

**Контрольная работа по ОСЖ за год**  
**9 класс**  
**4 уровень**

1. из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его ✓

1. Варианты обновления одежды:	Наложение заплаты Замена замка Замена воротника Покупка нового платья	
2. Выбор одежды при покупке	Знать свой размер Покупать то, что попадетя Покупать необходимую вещь	
3. Твои действия в магазине при покупке	Узнай гарантийный срок Не бери чек	

	Возьми чек	
4. Выбери продукты, которые подходят для диетического питания.	Творог, сало, кефир, молоко, маринованные огурцы, геркулес, колбаса	
5. При диетическом питании надо есть:	один раз в день; три раза в день; пять раз в день.	
6. Выбери блюда для завтрака спортсмена в день соревнований	Яблоко, творог, какао, компот, селедка, торт, сыр, масло, шоколад, хлеб.	
7. Как называется лечебная повязка из марли, полотна?		

### Список литературы

1. Гладкая В.В., Методическое пособие «Социально – бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида», М. Издательство «НЦ ЭНАС», 2003 год, 192 с.
2. Львова С.А. Пособие для учителя 5-9 классов. «Практический материал к урокам СБО в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида». М. ВЛАДОС, 2005 год, 135 с.
3. Щербакова А.М. «Новая модель обучения в специальных (коррекционных)

общеобразовательных учреждениях VIII вида». Книга  
вторая, М. Издательство «НЦ ЭНАС», 2002 год, 182 с.

4. Щербакова А.М. Пособие для учителя «Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида», М. ВЛАДОС, 2003 год, 296 с.

#### **Материально-техническое обеспечение**

1. Предметные и сюжетные картинки
2. Раздаточный материал по темам
- 3.
- Картины природы
5. и т.д.

#### **Интернет-ресурсы**

Академия младшего школьника – Логозаврия <http://www.logozavr.ru/9/>  
Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" <http://festival.1september.ru/>  
<http://wunderkinder.narod.ru/> сайт по развитию  
<http://myfamilyschool.narod.ru/> сайт по развитию  
Metodisty.ru (Методисты)  
Festival1september.ru (Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»)  
RusEdu metodika.ru (Методика)

