

казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Урайская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрена на заседании

методического совета

КОУ «Урайская школа-интернат

для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья»

Протокол от «30» 08 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора

КОУ «Урайская школа-интернат

для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья»

от «31» 08 2023 г. № 381

**Адаптированная рабочая
программа по учебному предмету
Основы социальной жизни
7 «В» класс
на 2023/2024 учебный год**

Составитель: Михалакий Е.В.,
учитель

г.Урай, 2023 г.

Пояснительная записка

1. Нормативно - правовые документы:

Рабочая программа предназначена для обучающихся 5 -9 классов с лёгкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

-Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;

-ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (пр. Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 года. № 1599);

На основе:

- ✓ Федеральной Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- ✓ Учебного плана КОУ «Урайская школа – интернат для учащихся с ограниченными возможностями здоровья».

Рабочая программа реализуется с применением дистанционных технологий, руководствуясь положением № 108 от 20.03.2020 «Об организации образовательного процесса с использованием дистанционных технологий».

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

Задачи:

- ✓ расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- ✓ формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ✓ ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства, основами финансовой грамотности и формированию необходимых умений;
- ✓ практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- ✓ усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
- ✓ развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

2. Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимися

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, освоение вопросов финансовой грамотности, формирование необходимого умения ориентировки в окружающем, умения пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. В процессе обучения учащимися усваиваются морально-этические нормы поведения, вырабатываются навыки общения с людьми.

Соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала используется опыт учащихся как база для расширения знаний, совершенствуются имеющиеся у них умения и навыки и формируются новые. В зависимости от задач урока и оснащения кабинета используются разные формы организации деятельности обучающихся. Это позволяет каждому ученику независимо от его интеллектуальных и физических возможностей овладеть основными способами ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и т.д.

На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умения пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами, приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также развиваются навыки обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Постоянно ведется работа по приучению обучающихся к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» обязательной части учебного плана казенного общеобразовательного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа - Югры "Урайская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".

Согласно учебному плану на предмет «Основы социальной жизни» в 7 классе – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

4. Тематический план предмета «Основы социальной жизни», 7 класс

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов
1.	Повторение. Предмет ОСЖ.	1
2.	Личная гигиена и здоровье	5
3.	Одежда	19
4.	Питание	18
5.	Семья	4
6.	Жилище	9
7.	Транспорт	3
8.	Средства связи	3
9.	Предприятия, организации, учреждения	2
10.	Охрана здоровья	3
11.	Итоговая контрольная работа	1
	Итого:	68

5. Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни», 7 класс

№	Наименование раздела	Краткая характеристика содержания раздела
1	Повторение. Предмет Основы социаль-	Определение понятия Основы социальной жизни

	ной жизни	
2	Личная гигиена и здоровье	<p><i>Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.</i></p> <p><i>Утренний и вечерний туалет:</i> содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.</p> <p>Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).</p> <p>Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели.</p> <p>Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.</p>
3	Одежда и обувь	<p><i>Одежда.</i> Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.</p> <p><i>Значение опрятного вида человека.</i></p> <p><i>Уход за одеждой.</i> Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной.</p> <p>Прейскурант.</p> <p><i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.</p> <p><i>Магазины по продаже одежды.</i> Специализированные магазины по продаже одежды. Правил авозврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.</p> <p><i>Уход за обувью.</i> Чистка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.</p> <p><i>Обувь и здоровье человека.</i> Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.</p>
4	Питание	<p><i>Организация питания семьи.</i> Значение питания в жизни и деятельности семьи. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.</p> <p><i>Приготовление пищи.</i> Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.</p> <p><i>Виды продуктов питания.</i></p> <p><u>Молоко и молочные продукты:</u> виды, правила хранения. Значение</p>

ние кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса.

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

Свежие и замороженные продукты.

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

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

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

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

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

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Булочки. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.

Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.

Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.

Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов.

Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина.

Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

5	Семья	<p>Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.</p> <p>Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.</p> <p>Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д. Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др. Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.</p>
6	Жилище	<p>Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности.</p> <p>Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.</p> <p>Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.</p> <p>Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.</p> <p>Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уход за различными видами напольных покрытий</p>
7	Транспорт	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p> <p><i>Междугородний железнодорожный транспорт.</i> Вокзалы: назначение, основные службы.</p> <p>Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.</p> <p><i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты.</p> <p>Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.</p>
8	Средства связи	<p><i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.</p> <p><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.</p> <p>Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные</p>

		<p>письма. Порядок отправления писемразличного вида. Стоимость пересылки.</p> <p>Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления.</p> <p>Упаковка. Стоимость пересылки.</p>
9	Предприятия, организации, учреждения	<p><i>Образовательные учреждения.</i> Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.</p> <p><i>Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия.</i> Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.</p>
10	Охрана здоровья	<p><i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная.</p> <p><i>Виды доврачебной помощи.</i> Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.</p> <p><i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.</i> Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.</p>

6. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты, 7 класс:

- ✓ Формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
- ✓ Владение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
- ✓ Владение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
- ✓ Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
- ✓ Осмысление социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- ✓ Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
- ✓ Формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
- ✓ Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.

Предметные результаты:

<i>Минимальный уровень</i>	<i>Достаточный уровень</i>
✓ знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;	✓ знание правил личной гигиены и их выполнение;

<ul style="list-style-type: none"> ✓ знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; ✓ представления о разных группах продуктов питания; понимание их значения для здорового образа жизни человека; ✓ приготовление несложных видов блюд под руководством учителя; ✓ соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; ✓ знание названий торговых организаций, их видов и назначения; ✓ совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; ✓ первоначальные представления о статьях семейного бюджета; ✓ представления о различных видах средств связи; ✓ знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.; ✓ знание видов одежды и обуви, правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни; ✓ представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; ✓ знание способов хранения и переработки продуктов питания; представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; ✓ составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; ✓ самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; ✓ соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения; ✓ некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.); ✓ навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); ✓ пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; ✓ знание основных статей семейного бюджета; ✓ коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
---	--

Базовые учебные действия

БУД	По окончании 7 класса у обучающихся будут сформированы умения
Личностные учебные действия	- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности
Коммуникативные учебные действия	- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); - использовать доступные источники и средства получение

	ния информации для решения коммуникативных и познавательных задач.
Регулятивные учебные действия	-принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; - адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность; - осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач.

7.Календарно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения		Формируемые представления	Содержание, основные виды деятельности
			план	факт		
Повторение. Предмет Основы социальной жизни						
1	Предмет Основы социальной жизни	1	1.09		Понятие Основы социальной жизни	Беседа о значении предмета Основы социальной жизни. Чертеж и заполнение таблицы – формулировка понятия. Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках.
Личная гигиена и здоровье						
2 3	Личная гигиена. Правила личной гигиены в течение дня. Предметы и средства личной гигиены	2	5.09 8.09		Утренний, вечерний туалет.	Беседа о правилах личной гигиены в течение дня, предметах и средствах личной гигиены, работа с презентацией, игра «Найди лишнее», выполнение задания на карточках.
4 5	Уход за телом. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).	2	12.09 15.09		Гигиенические требования к использованию личного белья.	Беседа о гигиенических требованиях к использованию личного белья. Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках, в тетради.
6	Личная гигиена подростка. Уход за волосами.	1	19.09		Виды шампуней, перхоть.	Беседа о личной гигиене подростка, правилах ухода за собой и своим внешним видом. Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках, в тетради, практические упражнения.
Одежда и обувь						
7	Значение опрятного вида человека	1	22.09		Опрятность, внешний вид.	Беседа о значении опрятного вида человека, правилах ухода за своим внешним видом.

					Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках, в тетради
8	Одежда. Уход за одеждой.	1	26.09	Условные обозначения на ярлыках одежды.	Работа с презентацией. Выполнение задания в тетради и на карточках: Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка; выполнение заданий по карточкам. Практическая работа: чистка одежды возможными способами.
9	Магазины по продаже одежды	1	29.09	Чек. Гарантия. Правила возврата или обмена купленного товара.	Беседа о видах магазинов по продаже одежды. Работа с презентацией: Магазины по продаже различных видов одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Выполнение заданий на карточках, в тетради
10	Магазины по продаже одежды. Экскурсия.	1	3.10		Беседа о правилах поведения в магазинах. Работа с презентацией: Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки. Практическая работа: Чтение условных обозначений на ярлычках одежды.
11	Продление срока службы одежды: зашивание распорвшегося шва.	1	6.10	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: штопка, зашивание распорвшегося шва.	Повторение правил ежедневного ухода, хранения и поддержания одежды в порядке. Практическая работа «Зашивание распорвшегося шва»
12 13	Продление срока службы одежды: наложение заплат.	2	10.10 13.10	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	Практическая работа. Мелкий ремонт одежды, Правила т/б при работе с иглой, ножницами; работа с операционной картой; практическая работа «Наложение заплаты»
14	Ручная стирка изделий. Моющие средства.	1	17.10	Условные обозначения на этикетках по стирке белья.	Беседа о правилах и этапах ручной стирки белья. Выполнение заданий на карточках, в тетради. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила т/б при стирке и в работе с химическими моющими средствами. Упражнения в классификации предметов одежды по типу стирки.

15	Машинная стирка изделий. Моющие средства.	1	20.10			Беседа о правилах машинной стирки изделий. Выполнение заданий на карточках: Правила машинной стирки и сушки белья из различных тканей, чтение условных обозначений на этикетках. Правила т/б при стирке и в работе с химическими моющими средствами.
16	Виды стиральных машин, их устройство.	1	24.10		Виды стиральных машин, ручки программного управления, дозатор.	Работа в тетради: запись названий основных частей стиральной машины. ТБ при работе со стиральной машиной.
17	Подготовительные работы перед загрузкой белья в машину.	1	27.10		План подготовительных работ.	Работа в тетради: составление плана подготовительных работ перед загрузкой белья в машину. Работа с таблицей «Примерный вес отдельных вещей»; расчет примерного веса белья для стирки.
18	Прачечная, виды услуг. Правила пользования прачечной.	1	7.11		Прачечная. Прейскурант.	Знакомство с понятием Прачечная. Беседа о правилах культуры поведения в общении с работниками прачечной, с окружающими. Работа с презентацией, запись определений в тетрадь. Экскурсия в прачечную школы.
19	Прачечная самообслуживания.	1	10.11			Работа с презентацией, запись определений в тетрадь. Практические упражнения: Правила общения с работниками предприятия самообслуживания.
20	Правила и приемы ручной стирки изделий.	1	14.11		Правила ручной стирки, отбеливатель.	Практическая работа. Выполнение заданий на карточках. Правила т/б при стирке и в работе с химическими моющими средствами. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.
21	Правила сушки белья из различных тканей.	1	17.11		Правила сушки белья.	Практическая работа. Выполнение заданий на карточках. Правила сушки белья из различных тканей, чтение условных обозначений на этикетках.
22	Утюг. Техника безопасности при работе с утюгом.	1	21.11		Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования.	Работа с презентацией. Беседа об электроприборе и т/б в работе с утюгом. Выполнение заданий в тетради, на карточках.

23	Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды.	1	24.11			Чтение условных обозначений на этикетках изделий. Правила т/б при работе с утюгом. Практическая работа
24	Обувь. Уход за обувью.	1	28.11		Чистка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.	Работа с презентацией. Беседа о видах обуви и правилах ухода за ней. Выполнение заданий на карточках. Практическая работа
25	Одежда, обувь и здоровье человека.	1	1.12		Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.	Обобщение по разделу. Беседа о значении одежды и обуви для жизни и здоровья человека. Выполнение самостоятельной работы.
Питание						
26	Санитарно-гигиенические требования при работе на кухне. Правила безопасной работы.	1	5.12		Санитарно-гигиенические требования при работе на кухне.	Работа с презентацией: Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Словарная работа, выполнение заданий на карточках, задание в тетради.
27	Сервировка стола. Поведение за столом.	1	8.12		Сервирование стола для обеда. Этикет за столом.	Практикум. Правила этикета за столом. Упражнения по подбору кухонной и столовой посуды, Мытьё и чистка посуды. Правила безопасной работы на кухне.
28	Гигиена приготовления пищи.	1	12.12		Санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи.	Работа с презентацией. Санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Т/б в процессе приготовления пищи. Выполнение заданий на карточках.
29	Первые, вторые, третьи блюда: виды, значение.	1	15.12		Первые, вторые, третьи блюда в жизни человека. Режим питания.	Работа с презентацией. Первые, вторые, третьи блюда в жизни человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Т/б в работе с приборами и приспособлениями на кухне. Выполнение заданий на карточках.
30	Использование механических и	1	19.12		Электробытовые приборы.	Работа с презентацией. Беседа о правилах техники безопасно-

	электробытовых приборов в приготовлении пищи (тёрки, миксер).					сти при работе на кухне. Правила т/б с приборами, режущими инструментами. Выполнение заданий на карточках.
31	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка и хранение. Глубокая заморозка мяса.	1	22.12		Виды мяса и мясопродуктов. Правила хранения.	Просмотр презентации, работа в тетради. Запись видов мяса и мясопродуктов. Повторение правил выбора доброкачественных продуктов.
32	Значение первых блюд в питании человека.	1	26.12		Значение первых блюд. Ингредиенты.	Беседа о значении первых блюд в питании человека. Знакомство с понятиями Рецепт, Ингредиенты. Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту. Выполнение заданий на карточках. Т/б при работе с режущими инструментами и электрооборудованием
33	Виды супов, бульонов.	1	29.12		Виды супов и бульонов, последовательность приготовления.	Работа в тетради: виды супов, бульонов, последовательность приготовления первых блюд. Работа по карточкам.
34 35	Приготовление вторых блюд, их значение.	2	9.01 12.01		Виды вторых блюд. Мясные, рыбные, овощные, гарниры.	Работа с презентацией. Беседа о значении вторых блюд в питании человека. Выполнение задания на карточках. Правила Т/б при работе с кипящими жидкостями и электрооборудованием
36	Первичная обработка овощей.	1	16.01		Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.	Беседа о первичной обработке овощей в процессе приготовления пищи, ее значимости. Выполнение заданий на карточках. Практическая работа. Т/б при работе с режущ. инструментами и электрооборудованием
37	Приготовление третьих блюд. Их значение.	1	19.01		Разнообразие третьих блюд, их значение.	Работа с презентацией. Беседа о значении третьих блюд в питании человека, их значимости. Выполнение заданий на карточках.
38	Чай, какао, кисель.	1	23.01		Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.	Чтение и запись рецепта, подбор продуктов по рецепту. Т/б при работе с кипящими жидкостями и электрооборудованием
39	Виды бутербро-	1	26.01		Виды хлебной про-	Просмотр презентации. Т/б

	дов, канаве.				дукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.	при работе с режущ. инструментами, приспособлениями и электрооборудованием. Запись рецепта простого и сложного бутерброда.
40	Магазины по продаже продуктов.	1	30.01		Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.	Работа с презентацией: Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Выполнение задания на карточках: Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания.
41	Магазины по продаже продуктов. Экскурсия.	1	2.02			
42	Составление меню на день.	1	6.02		Меню, калорийность.	Практическая работа. Составление меню на день, запись в тетрадь. Расчет стоимости продуктов.
43	Значение питания в жизни и деятельности людей.	1	9.02		Значение питания в жизни и деятельности людей.	Выполнение заданий контрольного теста. Самостоятельная работа
Семья						
44	Семья. Родственные отношения в семье.	1	13.02		Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.	Беседа о семье, родственных отношениях. Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках: Фамилии, имена, отчества ближайших родственников, возраст, дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии; выполнение задания в тетради
45	Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	1	16.02		Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках: Распределение обязанностей между членами семьи. Права и обязанности детей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.
46	Досуг в семье.	1	20.02		Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и	Работа с презентацией: Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др.,

					др. Правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.	задание в тетради. Заполнение таблицы: Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки и т. д., досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др., досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.
47	Паспорт. Получение паспорта. Данные паспорта.	1	27.02		Паспорт, данные паспорта.	Беседа о самом значимом в жизни человека документе – паспорте, обязательных данных о человеке, заносимых в паспорт. Выполнение заданий на карточках, запись в тетрадь: правила сбора документов и их подача в паспортный стол
Жилище						
48	Дом, квартира. Планировка жилища.	1	1.03		Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.	Беседа о значении жилища для человека, необходимости уборки помещения. Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках и в тетради: виды жилых комнат и нежилые помещения.
49	Уход за жилищем. Виды уборки.	1	5.03		Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.	Работа с презентацией: Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Выполнение заданий на карточках. Практическая работа.
50 51	Уход за различными видами напольных покрытий.	2	12.03 15.03		Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.	Беседа о видах напольного покрытия. Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках, в тетради: Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила последовательности в уборке и т/б. Практическая работа.

52	Мебель в жилых помещениях.	1	19.03		Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели.	Беседа о видах мебели (ткань, кожа, полировка, шпон, пластик). Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках, в тетради: Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.
53	Уход за мебелью.	1	22.03		Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели	Правила по уходу за мебелью и т/б. Практическая работа.
54	Убранство жилых комнат.	1	2.04		Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.	Работа с презентацией: Убранство жилых комнат и правила ухода за зеркалами, картинами, фотографиями, коврами, паласами, светильниками, бра. Выполнение заданий на карточках, в тетради.
55	Правила ухода за убранством жилых комнат.	1	5.04		Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений.	Правила ухода за убранством жилых комнат. Практическая работа
56	Домашние животные (кошки, собаки, птицы) в городской квартире. Содержание.	1	9.04		Особенности содержания и ухода за домашними животными.	Просмотр презентации. Запись правил содержания и гигиены жилища при наличии животных в доме.
Транспорт						
57	Виды транспорта. Городской транспорт. Правила поведения в городском транспорте.	1	12.04		Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.	Беседа о видах транспорта, его функциях, назначении. Работа с презентацией. Выполнение заданий на карточках, задания в тетради. Закрепление правил поведения в транспорте, проигрывание ситуаций.
58	Железнодорожный транспорт.	1	16.04		Вокзалы: назначение, основные службы.	Работа с презентацией. Беседа о ж/д транспорте, его функциях, вокзалах, службах вокзалов, их назначении; о видах и типах поездов, вагонов, приобретения и возврата билетов, хранения и перевозки ручной клади, правил проезда в

						поездах. Выполнение заданий на карточках.
59	Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	1	19.04		Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов.	Работа с презентацией: Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов. Выполнение заданий на карточках.
Средства связи						
60	Основные средства связи. Назначение, особенности использования.	1	23.04		Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.	Беседа об основных средствах связи, профессии почтальона, почтового работника. Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках. Работа с презентацией: Почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Выполнение заданий на карточках, задание в тетради
61	Почта. Виды почтовых отправлений. Письма. Экскурсия.	1	26.04		Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	Беседа о назначении почты, о почтовых отделениях, их видах, упаковке, порядке отправления. Практическая работа: диалог с работниками почты, выбор конверта или открытки, их приобретение.
62	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением.	1	3.05		Виды бандеролей. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.	Беседа о назначении почты, о почтовых отделениях, их видах, упаковке, порядке отправления. Составление перечня предметов, разрешенных и запрещенных для пересылки.
Предприятия, организации, учреждения.						
63	Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	1	7.05		Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	Беседа об образовательных учреждениях, дошкольных и учреждениях дополнительного образования, выполнение заданий на карточках, задание в тетради. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.
64	Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Экс-	1	14.05		Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии	Рассказ учителя о предприятиях нашего города, значимости ответственных работников для организации, для семьи, для страны.

	курсия.				рабочих и служащих.	Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.
Охрана здоровья						
65	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1	17.05		Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин.	Беседа о видах медицинской помощи, о профилактических средствах для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Работа с презентацией: Виды доврачебной помощи. Врачебная помощь. Практические упражнения: Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»)).
66	Домашняя аптечка.	1	21.05		Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний. Виды, названия, способы хранения.	Беседа о препаратах первой необходимости в домашней аптечке, выполнение заданий на карточках. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.
67	Лекарственные растения и Лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.	1	24.05			Беседа о лекарственных растениях, выполнение заданий на карточках. Виды, названия, способы хранения.
68	Контрольная работа за год.	1			Проверка знаний, умений, навыков	Выполнение заданий контрольной работы