

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Красноярский край
Управление образования администрации Рыбинского района
МБОУ «Большеключинская ООШ №4»

РАССМОТРЕНО

председатель комиссии

Кравченко И. Н.

Протокол № 1 комиссии по
рассмотрению рабочих
программ
от «23» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

Сафонова О. Н.

Протокол № 1 методического
совета
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

Тетерина Ж. С.

Приказ №01-05-130
от «26» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по «ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»
для 7 класса

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая учебная программа учебного предмета «Основы социальной жизни» (далее Программа) составлена в соответствии с требованиями:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1026;

3. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599;

Программа разработана для обучающихся 8 класса с легкой степенью умственной отсталости в целях конкретизации содержания ФАООП УО (вариант 1) с учетом предметных и личностных связей, учебного процесса и возрастных особенностей. Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей *целью* практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

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

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

1.1. Общая характеристика учебного предмета «Основы социальной жизни»

Предмет «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития.

Характерные особенности учебного предмета:

- практико-ориентированная направленность содержания обучения;
- применение знаний, полученных при изучении других образовательных областей и учебных предметов для решения задач, встречающихся в повседневной жизни;
- применение полученного опыта практической деятельности для выполнения домашних трудовых обязанностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» включает изучение следующих 11 разделов: личная гигиена, культура поведения, семья, одежда, обувь, жилище, медицина, транспорт, торговля, средства связи, учреждения, организации, питание.

1.2. Результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты формирования базовых учебных действий обучающимися 8 класса по учебному предмету «Основы социальной жизни» направлены на получение следующих **умений**:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы,

музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность; бережно относиться к культурно- историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия представлены умениями: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия: дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Формы контроля уровня достижения обучающихся и критерии оценки:

Система текущей и промежуточной аттестации обучающихся на уроках основ социальной жизни состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений и устного опроса.

Критерии оценки достижения обучающихся:

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности обучающихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические теории.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей обучающихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

ОЦЕНКА «5» при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, окружающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

ОЦЕНКА «4» при выполнении от 60% до 90% заданий – ответ полный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

ОЦЕНКА «3» если верно выполнено от 40% до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

ОЦЕНКА «2» - ответ неправильный, основное содержание материала не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

ВЫСТАВЛЕНИЕ ОЦЕНКИ ЗА ЧЕТВЕРТЬ – выставляется как среднеарифметическое оценок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

Годовая отметка выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики индивидуальных учебных достижений обучающихся на конец года.

Формы контроля уровня достижения обучающихся и критерии оценки:

Система текущей и промежуточной аттестации обучающихся на уроках основ социальной жизни состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений и устного опроса.

Критерии оценки достижения обучающихся:

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности обучающихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические теории.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей обучающихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

ОЦЕНКА «5» при выполнении 100% заданий – ответ полный, правильный, окружающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

ОЦЕНКА «4» при выполнении от 60% до 90% заданий – ответ полный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

ОЦЕНКА «3» если верно выполнено от 40% до 60% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

ОЦЕНКА «2» - ответ неправильный, основное содержание материала не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

ВЫСТАВЛЕНИЕ ОЦЕНКИ ЗА ЧЕТВЕРТЬ – выставляется как среднеарифметическое оценок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

Годовая отметка выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики индивидуальных учебных достижений обучающихся на конец года.

II. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН, 7 КЛАСС

<i>№ по порядку</i>	<i>Разделы</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Общее</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1	Личная гигиена	2	1	1
2	Культура поведения	4	2	2
3	Семья	4	3	1
4	Одежда, обувь	12	6	6
5	Жилище	8	6	2
6	Медицина	6	2	4
7	Транспорт	6	3	3
8	Торговля	4	3	1
9	Средства связи	6	2	3
10	Питание	13	6	7
11	Учреждения, организации	3	2	1

III. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН:

№ п/п темы	Название темы (раздела)	Содержание темы (раздела)	Кол-во часов	Дата	Формирование надпредметных компетенций	Использование ИКТ на уроке
I раздел	ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (2 часа).					
1	Личная гигиена подростка.	Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами.	1		Знать правила личной гигиены девушки и юноши; виды косметических салфеток; правила ухода за кожей лица. Уметь определить тип кожи и волос.	
2 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - подбор шампуня соответственно своему типу волос.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос (<i>жирные, сухие, нормальные</i>). Знакомство со средствами борьбы с перхотью и выпадением волос. <i>Подбор шампуня соответственно своему типу волос.</i>	1		Знать правила ухода за волосами. ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <u>Уметь</u> подбирать мыло и шампунь, средства от перхоти и выпадения волос.	
II раздел	КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (4 часа).					
3	Правила приема приглашения в гости.	Соблюдение правил приема приглашения в гости и формы отказа.	1		Знать правила поведения при встрече и расставании. Уметь культурно вести себя в гостях (<i>оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.</i>).	
4 П/Р	Подготовка к поездке в гости. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - сбор вещей для поездки в гости.	Знакомство с правилами подготовки к поездке в гости: внешний вид (<i>одежда, обувь, украшения, прическа</i>). <i>Сбор вещей для поездки в гости (в зависимости от ситуации).</i>	1		Знать правила поведения в гостях. Уметь соблюдать правила поведения в гостях (<i>оказывать внимание сверстникам и старшим, приглашать на танец, поддерживать беседу и т. д.</i>). ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <u>Уметь</u> собирать вещи для поездки в гости в зависимости от ситуации.	
5	Подарки.	Знакомство с правилами вручения и принятия подарка.	1		Знать правила поведения при вручении и приеме подарков. Уметь выбирать подарки; вручать и принимать подарки.	
6 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</u> по разделу «Культура поведения»	Изготовление несложных сувениров. <i>Изготовление открытки.</i>	1		ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <u>Уметь</u> изготавливать простые сувениры; осуществлять работу по технологическим пооперационным картам.	
III раздел	СЕМЬЯ (4 часа).					
7 П/Р	Помощь родителям по уходу за младшими детьми. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - оказание помощи первокласснику в одевании.	Помощь родителям и воспитателям по уходу за младшими детьми: умывание, одевание, обувание, причесывание; в соблюдении чистоты и порядка в школе, интернате, дома. <i>Оказание помощи первокласснику в одевании на прогулку.</i>	1		Знать гигиенические правила; правила ухода за младшими детьми. Уметь ухаживать за младшими детьми; помогать младшим при уборке игрушек. ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <u>Уметь</u> одевать маленьких детей на прогулку.	

8	Разучивание «тихих игр».	Оказание помощи родителям по уходу за младшими детьми.	1		Знать правила малоподвижных игр. Уметь объяснять младшим детям правила игры и играть с ними в «тихие игры».	
9	Сказки, песенки.	Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми.	1		Знать различные сказки, песенки. Уметь рассказывать младшим детям сказки; петь с ними детские песенки.	
10	Подвижные игры.	Проведение игр с младшими школьниками.	1		Знать различные подвижные игры. Уметь объяснять малышам правила игры и играть с ними в подвижные игры.	
IV раздел	ОДЕЖДА, ОБУВЬ (12 часов).					
11	Мелкий ремонт одежды.	Значение продления срока службы одежды.	1		Знать значение продления срока службы одежды . Уметь ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами штопки, накладыванием заплат).	
12 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - штопка одежды.	Знакомство с техникой и видами штопки. Штопка одежды.	1		Знать виды штопки. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь ремонтировать разорванные места на одежде разными видами штопки.	
13 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - наложение заплат.	Знакомство с техникой наложения заплат. Наложение заплат.	1		Знать технику наложения заплат. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь ремонтировать разорванные места на одежде (накладывание заплат).	
14	Заплата декоративная.	Знакомство с техникой наложения заплат.	1		Знать технику наложения заплат. Уметь ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами заплат).	
15 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - штопка одежды и наложение заплат.	Практическое знакомство с видами штопки и заплат.	1		Знать виды штопки. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь ремонтировать разорванные места на одежде (разными видами штопки).	
16	Бытовая техника для стирки.	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.	1		Знать устройство стиральной машины и правила пользования ею; санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при стирке с помощью стиральной машины. Уметь стирать белое белье с помощью стиральной машины.	
17	Стирка изделий из хлопчатобумажной ткани.	Знакомство с правилами стирки белья из хлопчатобумажных тканей.	1		Знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке вручную. Уметь стирать белое белье вручную.	
18	Стирка изделий из шелка.	Знакомство с правилами стирки изделий из шелка вручную.	1		Знать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при стирке вручную. Уметь стирать изделия из шелка вручную.	
19 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - глажение белья.	Знакомство с правилами и приемами глажения белья. Глажение белья.	1		Знать санитарно-гигиенические требования (последовательность и особенности) к глажению одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь гладить одежду и белье.	
	Приемы глажения брюк.	Знакомство с правилами и приемами глажения			Знать санитарно-гигиенические требования	

20 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - подготовка приспособлений для глажения.	белья, брюк, спортивной одежды. Подготовка приспособлений для глажения, рабочего места.	1		(последовательность и особенности) к глажению брюк. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Уметь</u> гладить брюки.	
21	Прачечная. Виды услуг.	Знакомство с прачечной, видами предоставляемых услуг, правилами пользования прачечной.	1		Знать назначение прачечной; виды услуг, способы дачи вещей в прачечную; правила пользования прачечной самообслуживания. Уметь сдавать белье в прачечную.	
22 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</u> по разделу «Одежда, обувь».	Знакомство со стиркой мелких изделий из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины, соблюдая правила безопасности в работе. Стирка изделий из шелка вручную.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Знать санитарно-гигиенические требования (последовательность и особенности) к глажению одежды из различных тканей, а также постельного белья, полотенец, скатертей. Уметь стирать и гладить одежду и белье.	
V раздел	Ж И Л И Щ Е (8 ч а с о в).					
23	Регулярная уборка.	Знакомство с необходимостью выполнения регулярной уборки жилого помещения.	1		Знать последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения. Уметь убирать жилые помещения.	
24	Сезонная уборка.	Знакомство с правилами сезонной уборка жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	1		Знать виды моющих средств, используемых при уборке дома. Уметь убирать жилые помещения.	
25 П/Р	Способы ухода за окнами. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - чистка зеркала.	Знакомство с техникой мытья зеркал, утепления окон. Чистка зеркала.	1		Знать способы и периодичность ухода за окнами; виды моющих средств, используемых при мытье окон; способы утепления окон. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь мыть зеркала и стекла.	
26	Виды моющих средств.	Знакомство с видами моющих средств.	1		Знать виды моющих средств, используемых при уборке и мытье окон. Уметь использовать бытовые химические средства.	
27	Санитарная обработка помещений.	Значение санитарной обработки помещения в случае необходимости.	1		Знать виды моющих средств, используемых при уборке. Уметь убирать жилые помещения.	
28	Способы и средства ухода за полом.	Знакомство с правилами ухода за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.	1		Знать виды моющих средств, используемых при уборке. Уметь ухаживать за полом в зависимости от покрытия, используя бытовые химические средства.	
29	Уход за мебелью.	Знакомство с правилами чистки мягкой мебели с помощью пылесоса, моющих средств.	1		Знать правила ухода за мебелью в зависимости от ее покрытия. Уметь убирать жилые помещения	
30 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</u> по разделу «Жилище».	Правила выполнения уборки помещения, мытье зеркал.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Знать правила уборки помещений. Уметь убирать жилые помещения.	
VI раздел	М Е Д И Ц И Н А (6 ч а с о в).					
31	Домашняя аптечка.	Основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др.	1		Знать основной состав домашней аптечки. Уметь использовать лекарственные средства при оказании первой помощи.	

		Инструкции к применению лекарственных средств, составляющих домашнюю аптечку.				
32	Лекарственные растения.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	1		Знать лечебные свойства лекарственных растений. Уметь готовить настои, отвары из лекарственных растений, витаминный чай.	
33 П/Р	Виды доврачебной помощи. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - измерение температуры.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.). Измерение температуры; обработка небольшой раны.	1		Знать виды доврачебной помощи; правила обработки раны; меры предупреждения осложнений после микротравмы. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь.	
34 П/Р	Первая помощь при травмах. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - наложение тугой повязки.	Первая медицинская помощь при травмах: наложение тугой повязки, шины. Наложение тугой повязки.	1		Знать правила оказания первой помощи при растяжениях и вывихах (покой и фиксация конечностей с помощью повязки или временной шины); наложение повязки. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь.	
35 П/Р	Первая помощь при переломах. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - наложение жгута.	Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Соблюдение мер по предупреждению переломов. Наложение жгута.	1		Знать меры по предупреждению переломов. Уметь оказывать первую помощь при переломах; рассказывать о мерах по предупреждению переломов. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь накладывать жгут при переломах.	
36	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - экскурсия в травмпункт.	Экскурсия в травмпункт, наблюдения за накладыванием гипса при переломах.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Знать меры по предупреждению переломов. Уметь обрабатывать раны, накладывать повязки; оказывать первую медицинскую помощь.	
VII раздел	ТРАНСПОРТ (6 часов).					
37 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - экскурсия на железнодорожный вокзал.	Экскурсия на железнодорожный вокзал. Определение пункта назначения. Выбор вида поезда (пассажирский, скорый) и типа вагона (общественный, плацкартный, купейный, мягкий). Уточнение стоимости проезда с учетом вида поезда и типа вагона, выяснение своих возможностей.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Знать правила безопасности во время поездки в железнодорожном транспорте. Уметь определять пункт назначения; выбирать вид поезда, тип вагона; узнавать стоимость проезда с учетом вида поезда и типа вагона, соотнося с платежными возможностями.	
38 П/Р	Междугородний железнодорожный транспорт. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - пользование ж/д билетами.	Знакомство с междугородним железнодорожным транспортом, вокзалом и его назначением. Пользование железнодорожными билетами. Обозначения на билетах.	1		Знать функции железнодорожного транспорта. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь ознакомиться с правилами пользования железнодорожным транспортом	
39 П/Р	Службы вокзала. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - обращение за справкой в справочное бюро.	Знакомство с основными справочными службами (справочная служба вокзала). Обращение за справкой в справочное бюро (или по телефону).	1		Знать виды справочных служб, сроки и место возврата приобретенного билета. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь обращаться за справкой в справочное бюро вокзала или в центральную ж/д справочную по телефону.	
40	Виды вагонов.	Знакомство с видами пассажирских вагонов, их назначением и устройством.	1		Знать тип пассажирского вагона (общественный, плацкартный, купейный, мягкий). Уметь различать типы пассажирских вагонов.	
	Билеты. Расписание.	Знакомство с расписанием движения поездов. Примерная стоимость проезда до разных			Знать примерную стоимость билета в зависимости от типа вагона и дальности расстояния.	

41		пунктов. Формы приобретения ж/д билетов.	1		Уметь ориентироваться в ж/д расписании; приобретать билеты в ж/д кассе.	
42	Камера хранения.	Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения багажа.	1		Знать камеры хранения; сроки и стоимость хранения багажа. Уметь пользоваться камерами хранения багажа.	
VIII раздел	ТОРГОВЛЯ (4 часа).					
43	Универмаги, универсамы, их назначение.	Знакомство с универмагом и универсамом, их назначением, сельмагом и сельпо, их назначением.	1		Знать назначение универмага и универсама; различия между ними; за какими товарами лучше обратиться в универмаг, а за какими - в универсам. Уметь объяснять различия универмага и универсама; рассказывать о назначении универсама и универмага.	
44	Отделы магазинов.	Знакомство с названиями отделов магазина, стой-мостью некоторых товаров, отделами распродажи товаров по сниженным ценам. Прием товаров у населения.	1		Знать стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь приобретать товары с учетом потребности в них и финансовых возможностей.	
45	Порядок приобретения товара.	Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия. Примерка одежды, обуви, головного убора. Оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии.	1		Знать стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь приобретать товары с учетом потребности в них и финансовых возможностей.	
46 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - экскурсия в магазин.	Экскурсия в магазин. Самостоятельное нахождение отдела для покупки указанного товара (и по собственному желанию).	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Знать стоимость мебели, ковра, холодильника, телевизора и других подобных товаров. Уметь приобретать товары с учетом потребности в них и финансовых возможностей.	
IX раздел	СРЕДСТВА СВЯЗИ (6 часов).					
47	Виды бандеролей.	Знакомство с видами бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением), посылки, писем.	1		Знать перечень предметов, посылаемых бандеролью; максимальный вес почтовых отправлений. Уметь заполнять бланк на отправку бандероли; составлять опись посылаемых предметов.	
48 П/Р	Порядок почтового отправления. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - заполнение квитанции.	Знакомство с упаковкой, ее необходимостью при отправлении посылки, бандероли и т. п. Приемы укладки отправления; заполнение квитанции.	1		Знать виды и способы упаковки. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь составить опись посылаемых предметов; упаковать бандероль, заполнить квитанцию.	
49	Посылка. Виды упаковки.	Знакомство с видами посылок, упаковки для отправки предметов.	1		Знать перечень предметов, посылаемых в посылке; максимальный вес, виды и способы упаковки. Уметь заполнять бланк на отправку посылки; составлять опись посылаемых предметов; упаковать посылку в твердую упаковку.	
50 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - определение стоимости почтовых отправлений.	Знакомство со стоимостью пересылки посылки в зависимости от ее вида и веса. Определение стоимости почтовых отправлений.	1		Знать правила отправления, определение стоимости отправки простых и ценных посылок. <u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> Уметь определить стоимость почтовых отправлений.	
51 П/Р	Правила отправления посылки. <u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА</u> по разделу «Средства связи».	Знакомство с правилами отправления посылки, ее стоимостью. Заполнение бланков на отправку бандероли,	1		Знать правила отправления разных видов посылок. Уметь заполнять бланк; составлять опись; упаковывать посылки.	

		посылки; упаковка бандероли, посылки; определение стоимости отправки простых и ценных посылок.			ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <i>Знать</i> виды почтовых отправлений. <i>Уметь</i> заполнять бланк на отправку бандероли, посылки; составлять опись посылаемых предметов; упаковать бандероль, посылку в твердую упаковку; определять стоимость почтовых отправлений.	
52 П/Р	ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: - экскурсия на почту.	Экскурсия на почту.	1		ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <i>Знать</i> определение стоимости почтовых отправлений. <i>Уметь</i> вежливо обращаться к работникам почты.	
Х раздел	ПИТАНИЕ (13 часов).					
53	Виды питания.	Знакомство с разнообразными видами питания, его значением для организма человека.	1		Знать виды питания, их особенности. Уметь включать в рацион питания человека разнообразные продукты; объяснять необходимость дробного питания.	
54	Значение первых блюд.	Значение первых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1		Знать значение первых блюд. Уметь приготавливать первое блюдо (<i>суп</i>) по рецепту из доступных по цене продуктов.	
55	Значение блюд из овощей, рыбы, мяса.	Значение блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов.	1		Знать значение вторых блюд. Уметь приготавливать вторые блюда из овощных, рыбных, мясных продуктов.	
56	Приготовление салата.	Приготовление блюд из овощей. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.	1		Знать значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи. Уметь приготавливать вторые блюда из овощей; использовать механические и электроприборы при приготовлении пищи.	
57	ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: - приготовление салата по рецепту.	Знакомство с инструкцией и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами; чтение рецептов и подбор продуктов, приготовление салата по рецепту, снятие пробы, мытье посуды.	1		ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <i>Знать</i> правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов, при приготовлении блюд. <i>Уметь</i> пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером) и др.; приготовить первое блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов.	
58 П/Р	Значение вторых блюд.	Знакомство с правилами записи рецепта второго блюда.	1		Знать значение вторых блюд; полезные свойства используемых продуктов. Уметь приготавливать разнообразные вторые блюда.	
59	ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: - приготовление второго блюда.	Приготовление второго блюда по рецепту. Соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.	1		ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <i>Знать</i> рецепт второго блюда. <i>Уметь</i> пользоваться механическими и электробытовыми приборами: мясорубкой, теркой, взбивалкой (миксером) и др.; приготовить второе блюдо по рецепту из доступных по цене продуктов.	
60	Технология приготовления киселя, компота.	Знакомство с технологией приготовления киселя, компота.	1		Знать правила безопасности при использовании механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.	
61 П/Р	ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: - приготовление компота, киселя.	Приготовление компота, киселя.	1		ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ: <i>Знать</i> способы приготовления компота, киселя. <i>Уметь</i> приготавливать компот, кисель.	

62 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - составление меню завтрака.	Составление меню завтрака.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Знать</u> правила составления меню завтрака. <u>Уметь</u> составлять меню завтрака.	
63 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - составление меню обеда, ужина.	Составление меню обеда, ужина.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Знать</u> правила составления меню обеда, ужина. <u>Уметь</u> составлять меню обеда, ужина.	
64 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - составление меню на день.	Составление меню на день.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Знать</u> правила составления меню на день. <u>Уметь</u> составлять меню на день.	
65 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - составление меню на неделю.	Составление меню на неделю.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Знать</u> правила составления меню на неделю. <u>Уметь</u> составлять меню на неделю.	
XI раздел	УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ (3 часа).					
66 П/Р	<u>ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:</u> - экскурсия на сельскохозяйственное предприятие.	Экскурсия на ближайшее сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с его деятельностью и основными профессиями.	1		<u>ЦЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ:</u> <u>Знать</u> название цехов, отделов; местонахождение ближайшего сельскохозяйственного предприятия. <u>Уметь</u> обращаться с вопросами по теме экскурсии к работникам предприятия.	
67	Названия рабочих специальностей.	Знакомство с сельскохозяйственными предприятиями данной местности, их значением для жителей города и села.	1		Знать названия рабочих специальностей. Уметь объяснять значение предприятий для жителей города и села.	
68	Виды выпускаемой продукции.	Знакомство с видами продукции, выпускаемой сельскохозяйственными предприятиями данной местности, их значением для жителей города и села.	1		Знать виды выпускаемой продукции. Уметь объяснять значение предприятий для жителей города и села; рассказывать о видах продукции, выпускаемых на предприятии.	

IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (2 ч)

Особенности личной гигиены в жизни подростка. Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела. Особенности ухода за кожей лица, волосами.

Пользование шампунем в соответствии с типом волос (жирные, сухие, нормальные). Знакомство со средствами борьбы с перхотью и выпадением волос.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Подбор шампуня соответственно своему типу волос.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (4 ч)

Соблюдение правил приема приглашения в гости и формы отказа.

Знакомство с правилами подготовки к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа).

Знакомство с правилами вручения и принятия подарка. Изготовление несложных сувениров.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Сбор вещей для поездки в гости (в зависимости от ситуации). Изготовление открытки.

СЕМЬЯ (4 ч)

Помощь родителям и воспитателям по уходу за младшими детьми: умывание, одевание, обувание, причесывание; в соблюдении чистоты и порядка в школе, интернате, дома.

Оказание помощи родителям по уходу за младшими детьми. Помощь родителям и воспитателям в уходе за младшими детьми. Проведение игр с младшими школьниками.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Оказание помощи первокласснику в одевании на прогулку.

ОДЕЖДА, ОБУВЬ (12 ч)

Значение продления срока службы одежды. Знакомство с техникой и видами штопки. Знакомство с техникой наложения заплат. Знакомство с техникой наложения заплат.

Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей. Знакомство с правилами стирки белья из хлопчатобумажных тканей. Знакомство с правилами стирки изделий из шелка вручную. Знакомство с правилами и приемами глажения белья. Знакомство с правилами и приемами глажения белья, брюк, спортивной одежды. Знакомство с прачечной, видами предоставляемых услуг, правилами пользования прачечной.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Штопка одежды. Наложение заплат. Практическое знакомство с видами штопки и наложения заплат. Глажение белья. Подготовка приспособлений для глажения, рабочего места. Знакомство со стиркой мелких изделий из белой хлопчатобумажной ткани с помощью стиральной машины, соблюдая правила безопасности в работе. Стирка изделий из шелка вручную.

ЖИЛИЩЕ (8 ч)

Знакомство с необходимостью выполнения регулярной уборки жилого помещения. Знакомство с правилами сезонной уборки жилого помещения. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету. Знакомство с техникой мытья зеркал, утепления окон.

Знакомство с видами моющих средств. Значение санитарной обработки помещения в случае необходимости. Знакомство с правилами ухода за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом. Знакомство с правилами чистки мягкой мебели с помощью пылесоса, моющих средств.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Чистка зеркала. Правила выполнения уборки помещения, мытье зеркал.

МЕДИЦИНА (6 ч)

Основной состав домашней аптечки: дезинфицирующие и перевязочные средства, термометр, горчичники, пипетки, пинцет и др. Инструкции к применению лекарственных средств, составляющих домашнюю аптечку. Лекарственные растения в домашней аптечке.

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах (неглубокий порез, ссадины, ушибы, укусы насекомых и др.).

Первая медицинская помощь при травмах: наложение тугой повязки, шины.

Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Соблюдение мер по предупреждению переломов.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Измерение температуры; обработка небольшой раны. Наложение тугой повязки. Наложение жгута. Экскурсия в травмпункт, наблюдения за накладыванием гипса при переломах.

ТРАНСПОРТ (6 ч)

Знакомство с междугородним железнодорожным транспортом, вокзалом и его назначением.

Знакомство с основными справочными службами (справочная служба вокзала).

Знакомство с видами пассажирских вагонов, их назначением и устройством.

Знакомство с расписанием движения поездов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения ж/д билетов.

Виды камер хранения багажа. Порядок сдачи и получения багажа.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Экскурсия на железнодорожный вокзал. Определение пункта назначения. Выбор вида поезда (пассажирский, скорый) и типа вагона (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Уточнение стоимости проезда с учетом вида поезда и типа вагона, выяснение своих возможностей. Пользование железнодорожными билетами. Обозначения на билетах. Обращение за справкой в справочное бюро (или по телефону).

ТОРГОВЛЯ (4 ч)

Знакомство с универсамом и универсамом, их назначением, сельмагом и сельпо, их назначением. Знакомство с названиями отделов магазина, стоимостью некоторых товаров, отделами распродажи товаров по сниженным ценам. Прием

товаров у населения. Порядок приобретения: выбор товара, рассматривание, выяснение назначения, принципа действия. Примерка одежды, обуви, головного убора. Оплата в кассе, получение чека, сдачи. Хранение чека или его копии.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Экскурсия в магазин. Самостоятельное нахождение отдела для покупки указанного товара (и по собственному желанию).

СРЕДСТВА СВЯЗИ (6 ч)

Знакомство с видами бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением), посылок, писем. Знакомство с упаковкой, ее необходимостью при отправлении посылки, бандероли и т. п.

Знакомство с видами посылок, упаковки для отправки предметов. Знакомство со стоимостью пересылки посылки в зависимости от ее вида и веса. Знакомство с правилами отправления посылки, ее стоимостью.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Приемы укладки отправления; заполнение квитанции. Определение стоимости почтовых отправлений. Заполнение бланков на отправку бандероли, посылки; упаковка бандероли, посылки; определение стоимости отправки простых и ценных посылок. Экскурсия на почту, телеграф.

ПИТАНИЕ (13 ч)

Знакомство с разнообразными видами питания, его значением для организма человека.

Значение первых блюд и их приготовление из овощей, рыбных и мясных продуктов.

Приготовление блюд из овощей. Использование механических и электробытовых приборов для экономии сил и времени при приготовлении пищи.

Знакомство с правилами записи рецепта второго блюда.

Знакомство с технологией приготовления киселя, компота.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Знакомство с инструкцией и правилами пользования механическими и электробытовыми приборами; чтение рецептов и подбор продуктов, приготовление салата по рецепту, снятие пробы, мытье посуды. Приготовление второго блюда по рецепту. Соблюдение правил безопасности при работе режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами. Приготовление киселя. Приготовление компота. Составление меню завтрака. Составление меню обеда. Составление меню ужина. Составление меню на день. Составление меню на неделю.

УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ (3 ч)

Знакомство с сельскохозяйственными предприятиями данной местности, их значением для жителей города и села.

Знакомство с видами продукции, выпускаемой сельскохозяйственными предприятиями данной местности, их значением для жителей города и села.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Экскурсия на ближайшее сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с его деятельностью и основными профессиями.