

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Специальная (коррекционная) школа»

РАССМОТРЕНА:
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
«14» 05 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОБУ «Специальная
(коррекционная) школа»
И.В. Павлова
Приказ № 49
от «14» 05 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета

«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

(Вариант 1)

Срок реализации – 5 лет

Учитель: Черникова А.А

Квалификационная категория: 1

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА:

Протокол заседания ШМО «Учителей технологии» № 1 «30» августа 2024 г.
И.И. / Черникова А.А. /
подпись руководителя ШМО / расшифровка подписи

Бузулук, 2024г.

Рабочая программа учебного предмета «Основы социальной жизни» предметной области «Человек и общество» (V-IX класс). (Вариант 1)

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными) нарушениями»;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1).

Цель: практическую подготовку 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 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.

Обучение «Основам социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности. Программа обучения осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпении, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

Реализация курса способствует достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с ФГОС УО учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в предметную область «Человек и общество».

Программа предмета «Основы социальной жизни» рассчитана на 5 лет. В учебном плане на изучение предмета отводится – 340 часов

5 класс – 68 часов за год (2 часа в неделю);

6 класс – 68 часов за год (2 часа в неделю);

7 класс – 68 часов за год (2 часа в неделю);

8 класс – 68 часов за год (2 часа в неделю);

9 класс – 68 часов за год (2 часа в неделю).

Планируемые результаты

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);

- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по предмету «**Основы социальной жизни**» в классах проводится в форме тестовой работы.

Контрольно – оценочные материалы

5класс

1.Личная гигиена – это...

- | | |
|----------------------------------|-----------------------|
| а) уход за квартирой | в) приготовление пищи |
| б) уход за собой и своими вещами | г) уход за мебелью |

2.Чистить зубы нужно:

- | | | |
|-----------------|------------------|------------------|
| а) 1 раз в день | б) 2 раза в день | в) 3 раза в день |
|-----------------|------------------|------------------|

3.В библиотеке нужно ...

- а) ходить в верхней одежде
- б) брать книги домой без разрешения
- в) вести себя тихо, спокойно

4.Кто дает человеку отчество?

- | | | | |
|---------|---------|------------|------------|
| а) мама | б) отец | в) бабушка | г) дедушка |
|---------|---------|------------|------------|

5.Жилое помещение – это...

- | | | | |
|-------------|----------|--------|----------|
| а) квартира | б) сарай | в) дом | г) киоск |
|-------------|----------|--------|----------|

6.Виды транспорта.

- | | | | |
|-------------|--------------|-----------|-----------|
| а) наземный | б) воздушный | в) лесной | г) водный |
|-------------|--------------|-----------|-----------|

7.Как называется человек, который едет на транспорте?

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| а) пассажир | б) кондуктор | в) контролер |
|-------------|--------------|--------------|

8.Как называется торговое предприятие, которое торгует продуктами питания?

- а) промтоварный магазин
- б) спортивный магазин
- в) продовольственный магазин

10.Бутерброды бывают:

- а) простые, сложные, открытые, закрытые
- б) свежие и старые, вкусные и невкусные

6 класс

1.Лицо, шею, уши, ноги моют с мылом

- | | | |
|--------------------|--------------|------------------|
| а) 2 раза в неделю | б) ежедневно | в) 1 раз в месяц |
|--------------------|--------------|------------------|

2. Кто должен первым здороваться, входя в помещение?
а) тот, кто более вежлив б) тот, кто вошел в) присутствующий.
3. К медицинским учреждениям относятся:
а) поликлиника, больница, магазин
б) больница, зоопарк, аптека
в) поликлиника, больница, диспансер
4. Выбери названия городского пассажирского транспорта
а) самолёт б) такси в) троллейбус г) автобус д) электропоезд
5. При включении и выключении утюга нужно брать
а) за шнур б) за вилку в) можно за шнур, можно за вилку
6. Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?
а) молоток, пила, игла
б) ножницы, игла, наперсток, нитки
в) ножницы, нитки, молоток, наперсток
7. Соедини стрелкой вес почтовых отправлений:
а) Бандероль больше 20 кг. б) Посылка от 2 до 20 кг.
в) Багаж до 2 кг.
8. Как называется уборка, когда моют пол, вытирают пыль, поливают цветы?
а) ежедневная б) еженедельная в) сезонная
9. По консистенции каши бывают:
а) рассыпчатые, вязкие, сладкие
б) рассыпчатые, вязкие, горячие
в) рассыпчатые, вязкие, жидкие
10. Обозначьте цифрами порядок приготовления отварных макарон.
а) поставить на плиту кастрюлю с водой
б) варить 20 минут
в) опустить макароны в кипящую подсоленную воду
г) откинуть на дуршлаг и промыть
д) подавать в качестве гарнира к блюдам

7 класс

1. Отметь описание жирных волос
а) сальные, висят б) тусклые, секутся
сосульками в) живые, блестящие
2. Ногти на ногах нужно стричь
а) сразу после мытья б) после распаривания ног в) перед мытьём
3. Назови бытовую технику необходимую при уходе за одеждой
а) пылесос б) утюг в) стиральная машина
4. Утюжка постельного белья - укажи стрелками направление

а) от середины краям б) от краёв к середине

5. Что входит в санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи?

- а) чистые руки
- б) свежие продукты в) грязная посуда
- г) надеть фартук, косынку (колпак)
- г) отдельные доски для разных продуктов

6. В каком порядке лучше делать уборку квартиры? Отметь порядок действий

- а) вымыть пол, б) протереть пыль в) подмести пол

7. Как лучше приходи

- а) лучше немного пораньше
- б) нужно опоздать на 10 минут
- в) раньше на 30 минут

8. От чего зависит стоимость проезда на железнодорожном транспорте

- а) дальности расстояния в) комфортабельности посадочного места
- б) веса человека г) количества багажа

9. Торговля – это...

- а) уборка помещений в) хранение одежды
- б) покупка и продажа товаров г) уход за обувью

10. Срок хранения чека:

- а) чек не хранить б) чек сохранять до конца гарантийного срока

8 класс.

1. Мыть посуду нужно:

- а) сразу же после еды
- б) можно подождать, засохшая легче отмывается
- в) сначала отмочить в теплой воде

2. Как называют способ сохранения (впрок) продуктов от порчи?

- а) приготовление б) консервирование в) размораживание

3. Бережливость при расходовании чего-нибудь называется:

- а) сбережение б) экономия в) заработная плата

4. Как называется повреждение тела, возникшее от теплового, химического воздействия?

- а) отморожение б) ожог в) отравление.

5. Назови виды телефонной связи

- а) сотовая связь в) видеосвязь д) космическая связь
- б) стационарная связь г) интернет связь

6. Какое половое покрытие лучше использовать в санузлах?

- а) линолеум б) керамическая плитка в) паркетный пол

7. Выберите виды транспорта, которые относятся к водным видам транспорта:

- а) корабль б) яхта в) поезд г) катер

8. Деньги, взятые в долг у государства, это-

- а) сбережение б) кредит

9. Как сушить шерстяные вещи

- а) на плечиках б) на веревке в) на ровной поверхности

10. Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам

- а) это интересно
б) потом можно пересказать
в) чтобы правильно использовать средство

9 класс

1. Что такое мода?

- а) искусство выбирать одежду б) часть речи в) название одежды

2. Укажи возраст для вступления в брак:

- а) с 18 лет б) с 14 лет.

3. Выбери правильное определение слову семья

- а) это группа соседей
б) это группа родственников, которые проживают вместе и ведут общее хозяйство
в) это группа людей, работающие вместе

4. При покупке одежды, обуви

- а) нужно взять чек, сохранить его до конца гарантии
б) брать чек не нужно, если носить аккуратно, то ничего не случится
в) взять чек, чтобы помнить, сколько потратил

5. Назови основные правила хороших взаимоотношений с соседями.

- а) соблюдай чистоту в местах общего пользования
б) соблюдай тишину
в) будь вежлив
г) не уступай в споре

6. Какой воздушный транспорт предназначен для перевозки пассажиров

- а) самолёт в) космический корабль
б) парашют г) вертолёт

7. Какое питание называется диетическим?

- а) регулярное питание по часам
б) лечебное питание по рекомендации врача
в) разнообразное питание

8. Что такое меню?

- а) перечень блюд на завтрак, обед, ужин
б) поведение за столом,
в) это полдник.

9. Цель существования центра занятости населения

- а) трудоустройство населения,
б) лечение населения,
в) развлечения населения.

10. Для чего нужно просеивать муку перед замешиванием теста
- а) чтобы убрать примеси,
 - б) чтобы насыщать кислородом
 - в) чтобы поиграть на кухне.

Критерии оценивания

Отметка «5» ставится если, обучающийся усвоил учебный материал, соответственно его уровню обучения, при ответе допускает отдельные неточности или оговорки, но исправляет их с незначительной помощью учителя, допускает незначительные недостатки в планировании и анализе предстоящей работы, может применить полученные ранее знания.

Отметка «4» ставится если, обучающийся в основном усвоил учебный материал, соответствующий его уровню обучения, обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, воспроизводит его, отвечая на вопросы учителя, неточности в ответе исправляет при помощи наводящих вопросов.

Отметка «3» ставится если, обучающийся обнаруживает частичное знание и понимание основных положений темы, может, допуская неточности, ответить на некоторые вопросы по изучаемому материалу.

Отметка «2» не ставится.

Критерии оценивания обучающихся при выполнении теста:

Отметка «5» правильно выполнено 80-100 % заданий;

Отметка «4» правильно выполнено 60-80 % заданий;

Отметка «3» правильно выполнено 50-60 % заданий;

Отметка «2» не ставится.

Содержание учебного предмета

Личная гигиена.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером. Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

Охрана здоровья.

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

Жилище.

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная 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. Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий.

Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви; их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви. Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготавливаемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

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

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

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

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

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

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки.

Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для

приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание. Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки. Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки. Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности. Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

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. Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	К-во часов
5 класс		68ч.
1.	Вводный урок. Соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических требований на занятиях. Как работать с учебником.	1
2.	Личная гигиена. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека. Забота о себе.	1
3.	Утренняя гимнастика.	
4.	Осанка – стройная спина	1
5.	Закаливание. Правила и приемы выполнения воздушных процедур, солнечных, физических упражнений;	1
6.	Забота о руках. Правила и приемы выполнения утреннего вечернего туалета.	1
7.	Забота о ногах. Правила и приемы выполнения утреннего вечернего туалета.	1
8.	Гигиена зрения. Уход и способы сохранения зрения - контактные линзы, линзовые и коррекционные очки, хирургическое вмешательство.	1
9.	Пагубное влияние алкоголя и курения на здоровье и развитие организма	2
10.	Важные правила здорового человека	1
11.	Культура поведения. Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.	1
12.	Правила общения	1
13.	Способы ведения разговора со старшими и сверстниками.	1
14.	Урок – игра. И в шутку, и всерьёз	1
15.	Жилище. Беседа на тему : «Кто где живёт?»	1
16.	Каким бывает дом. Виды жилых помещений в городе и селе.	1
17.	Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции; комнаты: отдельные, смежные; по назначению.	2
18.	Уход за жилищем. Порядок в доме	1
19.	Инвентарь и приспособления для уборки. Последовательность уборки комнаты.	1
20.	Почтовый адрес дома, школы	1
21.	Комнатные растения. Организация рабочего места школьника.	1
22.	Одежда и обувь. Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека.	1
23.	Сезонная одежда, обувь, головной убор.	1
24.	Виды одежды, головных уборов и обуви для здоровья человека. Осень. Зима. Весна. Лето.	1
25.	По одежке встречают. Сушка и чистка – домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.	1
26.	Идеальная пара. Правила и приемы повседневного ухода за обувью.	1
27.	Тренажёр для шнуровки.	1
28.	Важные правила аккуратного человека	1

29.	Питание. Беседа на тему: «Что мы знаем о продуктах и правильном питании?»	1
30.	Еда для здоровья. Значение разнообразия рациона и правильного режима питания на здоровье людей.	1
31.	Тестовая работа.	1
32.	Продукты растительного происхождения.	1
33.	Овощи. Блюда из овощей.	1
34.	Фрукты. Приготовление фруктов.	1
35.	Продукты животного происхождения.	1
36.	Как правильно есть. Правила поведения за столом.	1
37.	Сервировка стола.	1
38.	Приемы складывания салфеток.	1
39.	Чтение рецепта приготовления блюда. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Подбор продуктов.	1
40.	Горячие и холодные напитки	1
41.	Что можно приготовить из яиц?	1
42.	Салат – источник витаминов	1
43.	Виды салатов.	1
44.	Приготовление салата: «Винегрет», техника безопасности в обращении с ножом.	1
45.	Закуски, канапе, бутерброды	1
46.	Приготовление бутербродов, техника безопасности в обращении с ножом	1
47.	Фаст - фуд. Полезная или вредная еда?	1
48.	Хлебобулочные изделия. Виды хлебобулочных изделий	1
49.	Что можно приготовить из хлеба?	1
50.	Правила и приемы ухода за посудой и кухней. Порядок на кухне.	1
51.	Транспорт. Мир полезных устройств и машин. Транспорт – это удобно	1
52.	На заметку пассажиру. Правила дорожного движения. Поведение в транспорте и на улице.	1
53.	Виды транспортных средств.	1
54.	Знаки дорожного движения.	1
55.	Поведение в транспорте и на улице.	1
56.	Средства связи. Зачем нужны средства связи	1
57.	Мои средства связи	1
58.	Торговля. Виды торговых предприятий и их назначение.	1
59.	Продуктовые магазины и их отделы. Виды товаров фасованные и в развес и розлив.	1
60.	Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине.	1
61.	Хранение товаров, фасованных и в развес, розлив. Срок годности, стоимость. Определение срока годности продуктов, приобретение продуктов в магазине, проверка чека и сдачи.	1
62.	Семья. Беседа на тему: «Ваши представления о том какая должна быть семья»	1
63.	Родственные отношения. Члены семьи. Правила поведения в семье.	1
64.	Семейные традиции	1
65.	Тестовая работа.	1

66.	Обобщающий урок.	1
6 класс		68ч.
1.	Вводный урок. Повторение материала, пройденного в 5 классе.	1
2.	Соблюдение правил техники безопасности и санитарно-гигиенических требований на занятиях.	1
3.	Как работать с учебником.	1
4.	Личная гигиена. Утренняя гимнастика.	1
5.	Гигиена зрения. Гимнастика для глаз.	1
6.	Я сам. Какие планы	1
7.	От чего я свободен в свободное время?	1
8.	Досуг с пользой для ума.	1
9.	Досуг с пользой для здоровья.	1
10.	Семья. Родственные отношения в семье. Сведения о семье.	1
11.	Права и обязанности каждого члена семьи.	1
12.	Дела семейные. Увлечения для развлечения.	1
13.	Какие планы на выходные? Обязанности и пожелания.	1
14.	Мне скучать некогда, а вам?	1
15.	Жилище. Гигиенические требования к жилому помещению.	1
16.	Поговорим о домашнем уюте. Виды мебели.	1
17.	Повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения	1
18.	Корпусная мебель и уход за ней.	1
19.	Мягкая мебель и уход за ней.	1
20.	Предметы интерьера и уход за ними.	1
21.	Устройство пылесоса.	1
22.	Правила ТБ с электрическими бытовыми приборами.	1
23.	Использование в уборке электропылесоса и уход за ним.	1
24.	Животные в доме человека.	1
25.	Забота о домашних животных.	1
26.	Домашняя ферма.	1
27.	Ветеринарная служба.	1
28.	О хвостатых, пернатых и других домашних любимцах	1
29.	Питание. Еда с пользой для здоровья. Гигиена приготовления пищи. Способы выбора качественных продуктов.	1
30.	Хлеб – всему голова! Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи.	1
31.	Идеальный завтрак.	1
32.	Тестовая работа.	1
33.	Идеальный завтрак.	1
34.	Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки на электроплите. Правила ТБ с бытовой электроплитой.	1
35.	Раз яичко, два яичко. Блюда из яиц.	1
36.	Секреты вкуса: специи и пряности.	1
37.	Чай или кофе. Правила приготовления.	1
38.	Приглашение на завтрак (практическая работа).	1
39.	Одежда и обувь Поддержание в порядке.	1

40.	Опрятный вид человека.	1
41.	Секреты бережной стирки. Ручная стирка.	1
42.	Правила безопасной работы при пришивании пуговиц, вешалок, крючков, петель.	1
43.	Правила и приемы ручной стирки изделий из х\б тканей.	1
44.	Правила безопасной работы с бытовыми электроприборами.	1
45.	Практическая работа. Стирка и глажение изделий из х\б ткани вручную.	1
46.	Практическая работа. Глажение фартуков, косынок, носовых платков и др.	1
47.	Культура поведения. Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, при посещении массовых мероприятий.	1
48.	Правила ведения разговора со старшими и сверстниками.	1
49.	Транспорт. Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1
50.	Пригородные поезда. Расписание. Направления. Билеты.	1
51.	Торговля. За покупками. Специализированные магазины промышленных товаров, их отделы. «Книжки»: словари, учебники, детская литература.	1
52.	Порядок приобретения товара, оплата. Товарный чек. Гарантийный срок.	1
53.	Интернет-магазины. Удобства и недостатки сервиса.	1
54.	Средства связи. Почта, телеграф, телефон, компьютер, их назначение.	1
55.	Почта. Виды почтовых отправлений.	1
56.	Денежные переводы.	1
57.	Виды писем. Порядок отправления. Стоимость пересылки.	1
58.	Составление текста письма.	1
59.	Написание адреса на почтовых конвертах, на открытках	1
60.	Практическая работа Составление текста телеграммы.	1
61.	Практическая работа. Написание адреса на телеграмме.	1
62.	Медпомощь. Виды медпомощи: доврачебная и врачебная.	1
63.	Виды помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный прием, госпитализация.	1
64.	Виды медицинских учреждений.	1
65.	Работники медицинских учреждений.	1
66.	Аптека. Виды отпуска товара: по рецепту, без рецепта, готовых и	1
67.	Тестовая работа.	1
68.	Обобщающий урок.	1
7 класс		68ч.
1.	Вводное занятие. Повторение пройденного материала за 6 класс	1
2.	Личная гигиена. Особенности личной гигиены подростка. Типы кожи.	1
3.	Особенности ухода за кожей лица и волосами.	1
4.	Выбор крема и шампуня.	1
5.	Жилище. Регулярная уборка. Виды моющих средств. Правила безопасной работы с бытовыми химическими средствами.	1
6.	Сезонная уборка. Виды моющих средств для окон и зеркал.	1
7.	Практическая работа. Способы ухода за окнами и зеркалами.	1
8.	Санитарная обработка помещений.	1
9.	Практическая работа. Санитарная обработка кабинета.	1
10.	Способы и средства ухода за холодильником.	1

11.	Практическая работа. Подготовка квартиры и дома к зиме, лету.	1
12.	Одежда, обувь. Мелкий ремонт одежды. Правила безопасной работы с иглой и ножницами.	1
13.	Тестовая работа.	1
14.	Бытовая техника для стирки. Стиральная машина. Виды. Устройство.	1
15.	Прачечная, виды услуг.	1
16.	Символы по уходу за вещами.	1
17.	Практическая работа. Штопка.	1
18.	Практическая работа. Заплата накладная и декоративная.	1
19.	Стирка изделий из хлопка, шелка, шерсти. Ручная стирка.	1
20.	Правила безопасной работы с электрической бытовой техникой.	1
21.	Практическая работа. Приемы глажения белья	1
22.	Практическая работа. Приемы глажения брюк.	1
23.	Медицинская помощь. Домашняя Аптечка.	1
24.	Лекарственные растения.	1
25.	Виды доврачебной помощи.	1
26.	Доврачебная помощь при травмах, при переломах.	1
27.	Практическая работа. Доврачебная помощь.	1
28.	Обобщающий урок.	1
29.	Тестовая работа.	1
30.	Культура поведения. Приглашение в гости. Вежливые слова при встрече и прощании. Подготовка к поездке в гости. Внешний вид.	1
31.	Правила поведения в гостях при вручении и получении подарка. Выбор подарка.	1
32.	Практическая работа. Изготовление подарка	1
33.	Семья. Помощь родителям по уходу за малышами.	1
34.	Потешки. Назначение, разучивание.	1
35.	Колыбельные песенки. Назначение, разучивание.	1
36.	Тихие игры. Подвижные игры. Правила игры.	1
37.	Транспорт. Междугородний железнодорожный транспорт. Правила безопасности на ж/д транспорте.	1
38.	Виды пассажирских поездов.	1
39.	Виды вагонов.	1
40.	Вокзальные службы.	1
41.	Расписание поездов. Билетные кассы.	1
42.	Справочная служба.	1
43.	Камера хранения.	1
44.	Торговля. Универсамы, универмаги. Их назначение.	1
45.	Отделы магазинов.	1
46.	Порядок приобретения товара, сдача, чек.	1
47.	Практическая работа. Приобретение товара.	1
48.	Средства связи. Виды бандеролей.	1
49.	Упаковка бандероли. Порядок отправления.	1
50.	Посылка. Виды упаковки. Порядок отправления.	1
51.	Практическая работа. Бланк для отправки посылки.	1

52.	Экскурсия на почту.	1
53.	Практическая работа. Бланк для отправки телеграммы.	1
54.	Тестовая работа.	1
55.	Питание. Виды питания и их особенности.	1
56.	Значение первых блюд, блюд из овощей, рыбы, мяса.	1
57.	Микроволновая печь. Устройство, назначение. Правила безопасной работы с электрической бытовой техникой.	1
58.	Вторые блюда. Омлет. Запись рецепта.	1
59.	Приготовление блюда из овощей. Винегрет.	1
60.	Особенности национальных блюд.	1
61.	Национальное блюдо. Пицца.	1
62.	Составление меню завтрака, обеда, ужина. Составление меню на неделю. Составление праздничного меню.	1
63.	Декоративная кулинария. Оформление готовых блюд.	1
64.	Организации и учреждения. Организации в ближайшем окружении. Выпускаемая продукция.	1
65.	Рабочие специальности на промышленных предприятиях.	1
66.	Специальности на сельхозпредприятиях.	1
67.	Тестовая работа.	1
68.	Обобщающий урок.	1
8 класс		68ч.
1.	Повторение пройденного материала за 7 класс. Личная гигиена. Типы кожи и правила ухода за кожей лица.	1
2.	Виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила их использования.	1
3.	Выбор косметических средств в зависимости от цели, состояния кожи, времени года.	1
4.	Тестовая работа.	1
5.	Виды и сорта муки, названия круп. Правила хранения муки и круп.	1
6.	Виды теста: дрожжевое, пресное. Изделия из разных видов теста. Способы и последовательность приготовления изделий из теста.	1
7.	Различение блинов, блинчиков, блинцов и оладьев. Виды начинки блинцов и блинчиков.	1
8.	Домашние заготовки, их виды по способу заготовки: соленья, квашения, маринования, варки, сушки, заморозки овощей, фруктов и ягод.	1
9.	Гигиенические требования и правила ТБ на кухне. Меры предосторожности при хранении и употреблении консервированных продуктов. Первая помощь при отравлении.	1
10.	Запись рецептов соленья, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод.	1
11.	Приготовление овощного салата. Подбор продуктов, инструментов, посуды по рецепту.	1
12.	Нарезка зелени и фруктов для сушки. Подбор продуктов, инструментов, посуды по рецепту.	1
13.	Тестовая работа.	1
14.	Жилище. Уборка кухни, санузла, ванны. Правила и периодичность уборки.	1
15.	Уборка кухни, санузла, ванны. Санитарно-гигиенические требования и	1

	правила техники безопасности.	
16.	Моющие средства. Мытье кафельных стен, чистка раковины. Пользование печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке.	1
17.	Санитарная обработка квартиры в случае необходимости. Уборка квартиры с использованием пылесоса.	1
18.	Особенности ухода за одеждой. Условные обозначения на этикетках. Таблица условных обозначений по уходу за одеждой.	1
19.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях. Моющие средства для стирки, соблюдение ТБ. Этапы ручной стирки. Инструкции на упаковках МС.	1
20.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей, Бытовая техника для стирки белья. Режим стирки, температура при машинной стирке.	1
21.	Устройство и виды утюгов. Правила ТБ. Правила и приемы глажения. Утюжка блузки, рубашки, платья.	1
22.	Прачечная. Правила пользования, виды оказываемых ими услуг.	1
23.	Химчистка. Правила подготовки вещей к сдаче в стирку, правила пришивания меток, правила пользования прачечной самообслуживания.	1
24.	Грудной ребенок в семье. Режим кормления грудничка. Правила купания ребенка.	1
25.	Практическая работа. Упражнение в купании, одевании, пеленании куклы.	1
26.	Мытье детской посуды, игрушек. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек. Правила и периодичность ухода за грудным ребенком.	1
27.	Игры с ребенком. Колыбельные, пестушки и сказки.	1
28.	Виды семейного досуга. Правила организации семейного досуга.	1
29.	Любимые занятия в свободное время. Организация досуга. Хобби. Семья.	1
30.	Тестовая работа .	1
31.	Культура общения юноши и девушки. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.	1
32.	Внешний вид молодых людей. Подбор одежды, прически, косметических средств, украшений, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а также характер предстоящего мероприятия под руководством педагога.	1
33.	Сюжетная игра «Встреча молодых людей». Подбор внешнего вида с учетом возраста, индивидуальных особенностей и характера мероприятия.	1
34.	Несчастный случай. Элементарные правила оказания первой помощи при несчастных случаях.	1
35.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту. Элементарные правила оказания первой помощи.	1
36.	Помощь утопающему. Правила оказания первой помощи утопающему.	1
37.	Помощь на льду. Обморожение. Правила поведения и мерах безопасности на льду.	1
38.	Солнечный и тепловой удары. Правила оказания первой помощи.	1
39.	Укрепление здоровья. Правила закаливания.	1
40.	Семейный бюджет. Основные статьи доходов семьи. Дополнительные источники дохода.	1
41.	Основные источники расходов семьи. Экономия.	1
42.	Планирование расходов на день, на неделю с учетом бюджета семьи под	1

	руководством педагога.	
43.	Сбережения. Что это такое? Какие они бывают? Где и как их сохранить?	1
44.	Содержание жилища, порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг. Учет расходов: размер квартплаты, тарифы на ЖКХ.	1
45.	Расчет стоимости израсходованной электроэнергии. Учет расходов: размер квартплаты, тарифы на электричество. Правила экономии.	1
46.	Расходы на питание. Подсчет расходов.	1
47.	Крупные покупки. Подсчет расходов. Финансовые ловушки магазинов: акции, распродажи.	1
48.	Планирование расходов на месяц. Планирование расходов на день, на две недели с учетом бюджета семьи.	1
49.	Обязательные расходы. Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи.	1
50.	Тестовая работа.	1
51.	Виды телефонной связи. Правила пользования сотовой связью, стационарным городским телефоном.	1
52.	Правила пользования телефонным справочником. Получение по телефону справки, уточнение времени.	1
53.	Культура разговора по телефону.	1
54.	Вызов аварийных служб. Номера срочного вызова (полиция, пожарная охрана, аварийная служба).	1
55.	Междугородняя телефонная связь. Пользование телефонным справочником. Сотовые компании, тарифы.	1
56.	Сюжетно-ролевая игра «Телефонная справочная служба».	1
57.	Тестовая работа.	1
58.	Специализированные магазины и их назначение.	1
59.	Правила возврата или обмена купленного товара.	1
60.	Ассортимент товаров, выбор покупки. Правила выбора покупки с учетом различных условий. Стоимость покупок.	1
61.	Расчет стоимости. Выбор покупки с учетом различных условий. Подсчет стоимости покупок.	1
62.	Междугородний автотранспорт. Основные междугородние автобусные маршруты автотранспорта. Расписание.	1
63.	Стоимость проезда. Покупка билета, обращение за справкой. Сдача.	1
64.	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда до пункта назначения.	1
65.	Департамент, муниципалитет. Организации управления города. Их назначение. Названия, функции и адреса организаций управления города.	2
66.	Тестовая работа.	1
67.	Обобщающий урок.	1
9 класс		68ч.
1.	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека	1
2.	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека	1
3.	Здоровый образ жизни - одно из условий успеха в жизни человека	1
4.	Значение физических упражнений: в здоровом теле - здоровый дух	1
5.	Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками	1
6.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1
7.	Порядок выдачи листков нетрудоспособности	1

8.	Самолечение и его негативные последствия	1
9.	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке	1
10.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний	1
11.	Тестовая работа	1
12.	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме	1
13.	Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми	1
14.	Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами	1
15.	Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми	1
16.	Интерьер жилых помещений. Способы расстановки мебели	1
17.	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели	1
18.	Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин, условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности	1
19.	Практическая работа: стирка с помощью стиральной машины	1
20.	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант	1
21.	Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви	1
22.	Профессия обувщик	1
23.	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии	1
24.	Практическая работа: определение размеров обуви, примерка одежды и обуви	1
25.	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека	1
26.	Стиль одежды, мода, средства выражения индивидуальности	1
27.	Выведение пятен в домашних условиях	1
28.	Практическая работа: выведение пятен в домашних условиях	1
29.	Правила и приемы глажения одежды из различных тканей	1
30.	Тестовая работа.	1
31.	Практическая работа: глажение одежды из различных видов тканей	1
32.	Организация питания семьи	1
33.	Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания	1
34.	Приготовление изделий из замороженного теста. Рецепты	1
35.	Приготовление изделий из замороженного теста	1
36.	Приготовление изделий из замороженного теста	1
37.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок	1
38.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок.	1
39.	Глубокая заморозка овощей и фруктов	1
40.	Варенье из ягод и фруктов	1

41.	Правила рационального питания для подростков	1
42.	Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные	1
43.	Экскурсия на рынок	1
44.	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Рецепты	1
45.	Практическая работа – приготовление гарнира	1
46.	Приготовление традиционных блюд. Рецепты	1
47.	Приготовление традиционных блюд – практическая работа	1
48.	Виды салатов. Рецепты	1
49.	Тестовая работа.	1
50.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы	1
51.	Виды воздушного транспорта. Самолёты. Вертолёты	1
52.	Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда	1
53.	Практическая работа: «Выбор пункта назначения»	1
54.	Безопасность в воздухе. Правила безопасного поведения во время взлёта и посадки	1
55.	Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением	1
56.	Личные письма. Практическая работа	1
57.	Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки	1
58.	Отправление письма. Экскурсия на почту	1
59.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления	1
60.	Исполнительные органы государственной власти	1
61.	Муниципальные власти. Структура, назначение	1
62.	Названия местных предприятий, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих	1
63.	Культура межличностных отношений: выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи	1
64.	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода	1
65.	Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов	1
66.	Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок	1
67.	Тестовая работа.	1
68.	Обобщающий урок.	1