

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Специальная (коррекционная) школа»

РАССМОТРЕНА:  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
«12» 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**«Хозяйственно-бытовой труд**  
**и привитие навыков самообслуживания»**  
(вариант 2)

Срок реализации – 5 лет

Учитель: Черникова А.А.

Квалификационная категория: 1

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА:  
Протокол заседания ШМО «Учителей технологии» № 1 «30» августа 2024 г.  
Ал / Черникова АА /  
подпись руководителя ШМО / расшифровка подписи

Бузулук, 2024г.

**Рабочая программа коррекционно – развивающего занятия  
(часть, формируемая участниками образовательных отношений)  
«Хозяйственно-бытовой труд»**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету (учебному курсу) «**Хозяйственно-бытовой труд и привитие навыков самообслуживания**» составлена в соответствии с:

- 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)»);
- Приказом 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 2).

Рабочая программа создана для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью и призвана оказать существенное воздействие на интеллектуальную, эмоциональную сферы, способствуют формированию личности умственно отсталого ребенка, воспитанию у него положительных навыков и привычек.

Работа по формированию навыков хозяйственно – бытового труда как наиболее простого и доступного вида практической деятельности способствует общему развитию детей с умственной отсталостью. Готовит их к самостоятельности в быту. Эти уроки так же являются средством активного познания окружающей действительности.

В ходе организации обучения бытовому труду одновременно решаются задачи развития психомоторики, развитие переключаемости внимания; мыслительных операций: анализа, синтеза, обобщения, классификации, формирования положительного эмоционального отношения к окружающему, становления навыков коммуникации; воспитания волевых качеств, появляется желание трудиться, ребенок обретает веру в свои силы и возможности.

**Цель:** предоставление возможности и условий обучающемуся для приобретения максимальной независимости: овладения необходимыми умениями и навыками, позволяющими обслуживать себя и проявлять бытовую самостоятельность.

**Задачи:**

- воспитание положительных личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, бережливости, настойчивости, уважительного отношения к людям труда, способности согласовывать свои действия и желания с действиями и желаниями окружающих людей и др.;
- обучение доступным видам труда: сообщение элементарных знаний, формирование умений и посильных навыков, доступных приемов, развитие самостоятельности при выполнении различных трудовых заданий;

- формирование организационных умений, дисциплинарных правил и норм: работать на своем рабочем месте, правильно располагать материалы и инструменты, по окончании работы убирать за собой рабочее место, знать и выполнять правила внутреннего распорядка,
- формирование организационных умений соблюдать правила безопасности при работе с инструментами, соблюдать санитарно-гигиенические требования и т.п.;
- расширять и углублять знания об основных правилах соблюдения гигиенических требований;
- учить осуществлять мелкий ремонт личной одежды;
- расширять и углублять знания о пользе и разнообразии продуктов питания;
- формировать основы здоровьесберегающего поведения.

При обучении обучающихся предусматривается формирования элементарных жизненно важных практических умений, владение которыми существенно сокращает потребность ребенка в оказании ему помощи в наиболее часто встречающихся бытовых ситуациях.

Трудовые задания в основном сводятся к выполнению простейших индивидуальных поручений, отдельных действий, которые совершают совместно с педагогом, под контролем педагога, по словесной инструкции.

На занятиях используется дозированная помощь, подчёркиваются успехи ребенка. Кроме того, ребенок вовлекается в посильный повседневный самообслуживающий и хозяйственно-бытовой труд.

В ходе занятий используются невербальные и вербальные средства общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур формируется сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случае затруднений.

**Формы работы:** индивидуальная, групповая.

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические.

**Технологии обучения:** игровые, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, личностно-ориентированные, коррекционные и др.

### **Место коррекционно – развивающего занятия в учебном плане**

В учебном плане коррекционно – развивающее занятие «Хозяйственно – бытовой труд» реализуется в части, формируемой участниками образовательных отношений.

На его изучение отведено:

- 5 класс 2 часа в неделю, итого 68 часов в год;
- 6 класс 2 часа в неделю, итого 68 часов в год;
- 7 класс 2 часа в неделю, итого 68 часов в год;
- 8 класс 2 часа в неделю, итого 68 часов в год;
- 9 класс 2 часа в неделю, итого 68 часов в год.

Общее число часов за период обучения с 5 по 9 класс составляет 340 часов.  
Срок реализации программы 5 лет.

## Планируемые результаты

- выбирает и использует необходимые предметы гигиены для умывания и чистки зубов;
- соблюдает правила последовательности процессов умывания (мытьё рук, лица) в совместных имитационных действиях;
- различает одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная;
- подбирает одежду, обувь, головной убор по сезону;
- осуществляет уход за одеждой (вытряхивать, чистить одежду, стирать, сушить и чистить одежду и мелкие предметы, правила применения хозяйственного мыла, последовательности стирки мелких вещей вручную);
- осуществляет уход за обувью (мыть, чистить обувь, подготавливать одежду и обувь к хранению, подбирать крем и чистить кожаную обувь);
- ухаживает за мебелью, проводит уборку в помещении, ухаживает за цветами;
- различает столовую и кухонную посуду, готовит несложные блюда, сервирует стол к завтраку;
- осуществляет мелкий ремонт одежды (различает пуговицы по размеру, по количеству отверстий, пришивает пуговицы с двумя отверстиями);
- знает состав семьи (имена, отчества, фамилии и возраст членов семьи), умеет общаться со взрослыми и сверстниками.

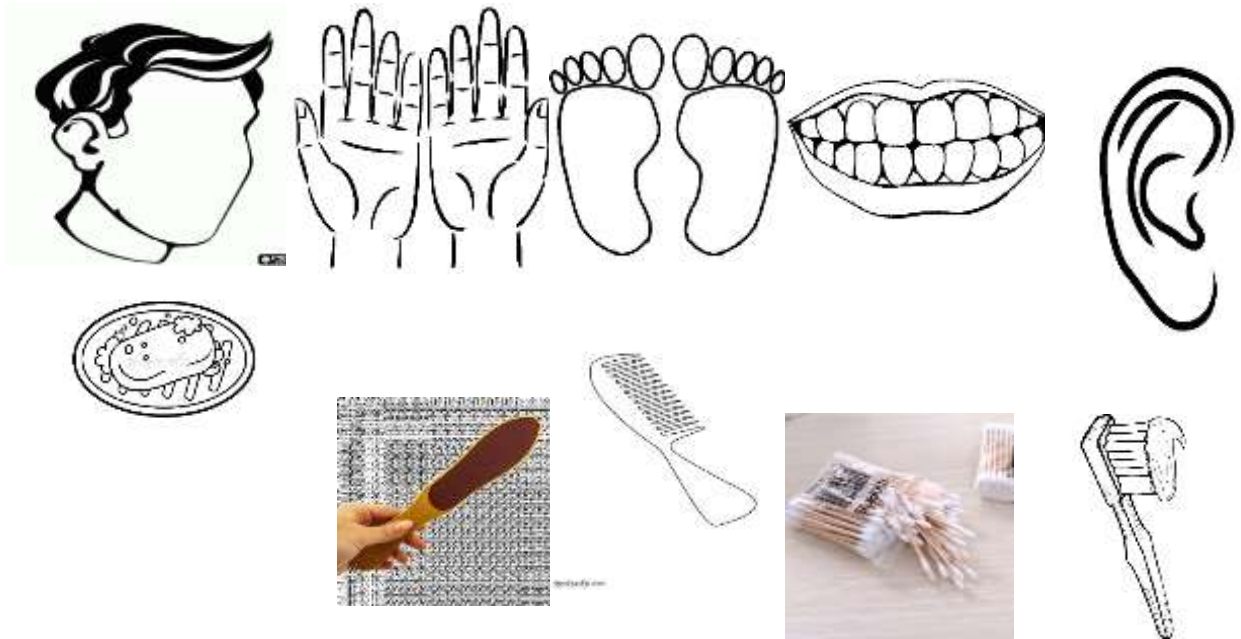
## Критерии оценивания.

Система оценивания является безотметочной, в то же время учитель постоянно отслеживает и контролирует достижения обучающегося, используя иные способы фиксации и формализации оценки, которые способствуют созданию ситуации успешности обучения для каждого

- 0 – не воспроизводит при максимальном объёме помощи.
- 1 – воспроизводит по наглядным опорам со значительными ошибками и пробелами.
- 2 – воспроизводит по наглядным опорам с незначительными ошибками.
- 3 – воспроизводит по подсказке с незначительными ошибками.
- 4 – воспроизводит по наглядным опорам или подсказкам без ошибок.
- 5 – воспроизводит самостоятельно без ошибок по вопросу.

## Контрольно-измерительные материалы

1. Соедини предметы и средства личной гигиены с частями тела.



2. Соотнеси/назови названия семян растений

Слова для справок: петуния, бархатцы, астра, календула (ноготки)



ПЕТУНИЯ

АСТРА

БАРХАТЦЫ

КАЛЕНДУЛА (НОГОТКИ)



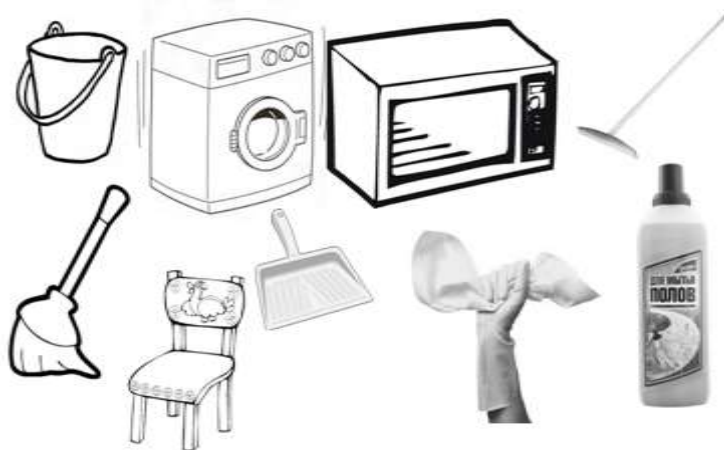
3. Из слов для справок составь план уборки пола.

Слова для справок

швабра, совок, корзина для мусора, салфетка, ведро для пола, веник.



1. Сначала возьми ..... и подмети пол.
  2. Собери мусор в .....
  3. Положи его в .....
  4. Возьми ..... и протри пыль.
  5. Для мытья полов налей воду в .....
  6. Протри пол .....
4. Обведи предметы, которые помогают нам при мытье полов.



5. Соедини линией названия инвентаря:

САЛФЕТКА  
ДЛЯ ПЫЛИ

ВЕНИК

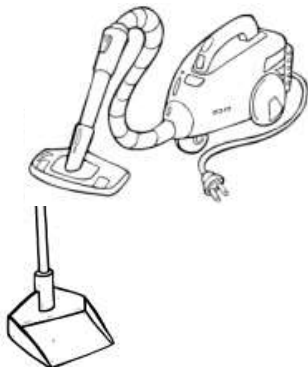
ШВАБРА

ПЫЛЕСОС

ВЕДРО

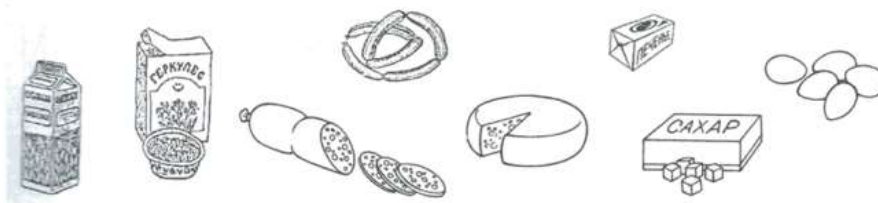
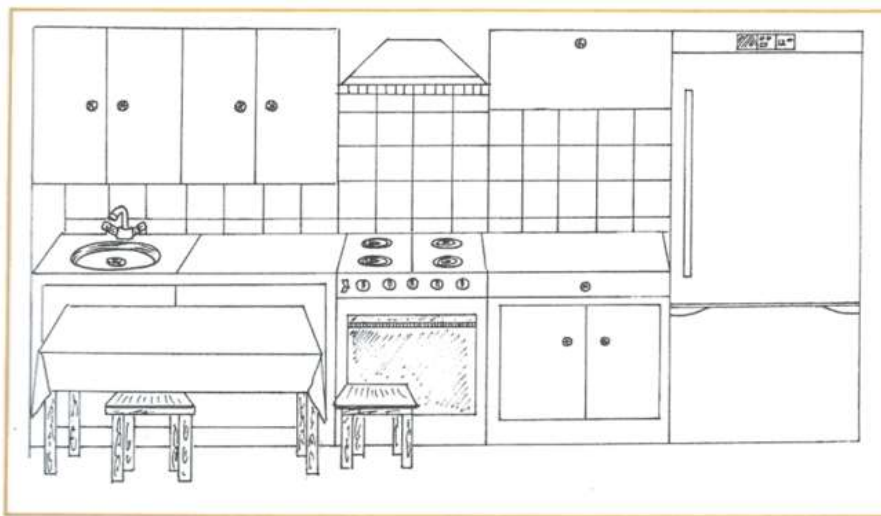
СОВОК

КОРЗИНА  
ДЛЯ МУСОРА

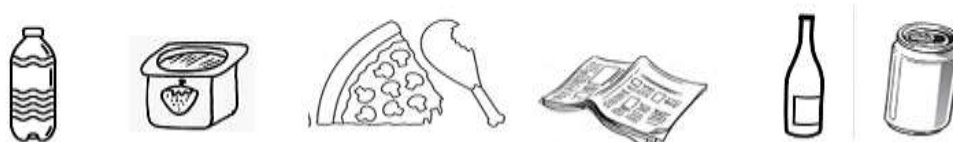




6. Рассмотрни рисунки. Соедини линией продукты с местом их хранения



7. Положи мусор в соответствующий мусорный контейнер, соедини линией



8. Назови/покажи по порядку этапы отваривания картофеля.



9. Когда нужен этот прибор? Соедини линией.

Мама стирает белье в



Дочь гладит одежду



Бабушка на кухне достает продукты из.



Фильмы и мультфильмы показывают по





Даша готовит обед на.



## Содержание предмета

**Личная гигиена** Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека. Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски. Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки. Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач. Осанка и её значение.

**Практические работы:** Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос; стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем; стирка носового платочка, трусиков, носок; установка настольной лампы на рабочем месте. Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки. Распознавание туалетных принадлежностей по их функциональному использованию.

**Одежда и обувь** Знакомство с названиями одежды и обуви: уличной, школьной, домашней. Смена одежды и обуви по сезону. Сроки смены белья. Правила хранения белья до стирки. Правила применения мыла при стирке. Использование стирального порошка. Посуда, применяемая для стирки белья. Приемы стирки и сушки мелких вещей: носовой платок, воротничок, носки. Обувь для правой - левой ноги и её различия. Сезонная обувь: летняя, зимняя, демисезонная. Место хранения обуви. Виды обуви по назначению: уличная обувь, домашняя обувь, праздничная обувь. Сменная для школы обувь. Значение сменной обуви в школе и дома. Предметы и средства по уходу за обувью (щётка для обуви, крем для обуви). Назначение средств и предметов по уходу за обувью. Место их хранения. Упражнения в выборе и дифференциации из множества моющих средств и предметов средств по уходу за обувью (по изображениям, картинкам, пиктограммам и реальным предметам). Общие правила ежедневного ухода за обувью. Способы ухода за обувью: мытьё и чистка обуви. Обучение шнуровке ботинок, завязыванию и развязыванию шнурка. Особенности сушки мокрой обуви. Разновидности способов сушки мокрой обуви. Ежедневное встряхивание и чистка щеткой своей одежды. Знакомство с наметочным («вперед иголку») швом. Название шва. Назначение шва.

**Практические работы:** Пришивание пуговиц. Чистка — домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви. Утюжка белья. Распознавание различных видов одежды («Выбери одежду для улицы, дома» и др.). Одевание носков, брюк, расстегивание и застегивание застежек на липучках, молниях, пуговицах. Завязывание и развязывание шнурков. Распознавание обуви по назначению (для улицы, дома и др.). Расстегивания и застегивание обуви на липучках,

**Питание.** Значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Место приготовления пищи и оборудование его. Приготовление пищи не требующей тепловой обработки. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу. Сервировка стола. Значение режима питания и его соблюдение. Повторение и уточнение того, что принято есть в завтрак, обед и ужин в беседах и составлении картинных отчётах. Правила питания – тщательно пережёвывать пищу, есть не спеша. Чтение учащимся рассказов, стихотворений и сказок о правильном питании. Полезные и вредные продукты. Знакомство с понятием «витамины». Продукты питания, содержащие витамины и их употребление с пользой для здоровья. Польза сырых овощей, фруктов, ягод для здоровья человека. Культура приёма пищи и правила поведения за столом. Последовательность приёма пищи (ложкой берём столько еды, сколько можем поместить в рот, едим аккуратно). Способы пользования салфеткой во время еды и после приёма пищи. Закрепление культурно – гигиенических навыков: мытьё

рук перед едой, мытьё фруктов и овощей. Правила хранения продуктов. Знакомство со способами хранения продуктов. Знакомство с местами хранения продуктов: холодильником, шкафчиком и ёмкостями для хранения сухих продуктов (крупы, макаронных изделий, муки). Правила обработки фруктов и овощей (тщательно мыть, не есть гнилые фрукты и овощи). Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи. Первичная обработка продуктов: мытьё, очистка и нарезка. Упражнения в сервировке стола для чая или обеда. Беседа с учащимися о роли воды для питания человека. Вода, которую можно употреблять в пищу. Вода для приготовления пищи. Понятия «сырая вода» и «кипячёная вода». Правила приготовления бутербродов.

**Практические работы:** Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей; строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами; приготовление бутербродов, салата, винегрета, напитки из варенья; сервировка стола с учетом различных меню; мытьё посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения; стирка салфеток.

**Помощники на кухне.** Помощники на кухне: электрочайник, холодильник, микроволновая печь. Правила безопасного поведения на кухне: техника безопасности при пользовании электронагревательными приборами на кухне. Посуда на кухне (кастрюли, сковородки, миски). Кухонная и столовая посуда: определение её пространственного расположения (практические упражнения: положи тарелку слева, ложку справа и т. д.). Обучение практическим навыкам правильного использования столовых приборов – вилки, ножа. Правила безопасного использования столовых приборов. Посуда и уход за ней (выявление последовательности мытья посуды). Дидактические упражнения по выбору средств для мытья посуды.

**Практические действия** (дозированное использование моющих средств, намыливание посуды специальной губкой, смывание тёплой водой). Правила ухода за посудой: мытьё и чистка посуды.

**Культура поведения.** Правила поведения дома, в школе, на улице, в общественных местах. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом. .

**Практические работы:** ролевая игра — ситуативные диалоги — при встрече, расставании и за столом.

**Жилище.** Виды жилых помещений: общежитие, квартиры, индивидуальные дома. Правила поведения в квартире. Ежедневная, периодическая и генеральная уборка. Мебель обыкновенная, мягкая, полированная. Правила ухода за мебелью. Уход за помещением. Сухая и влажная уборка помещения. Современные средства для чистки мебели. Общие представления о комнатных растениях. Виды комнатных растений: декоративно – лиственные, декоративно – цветущие. Условия, необходимые для жизни и роста растений: свет, вода, температура воздуха. Отличительные особенности поверхности листьев: гладкие, бархатистые, колючие. Инвентарь для ухода за комнатными растениями. Правила безопасного использования инвентаря по уходу за комнатными растениями. Правила ухода за комнатными растениями: полив, удаление пыли с листьев, рыхление почвы, мытьё поддонов. Полив растений. Опрыскивание растений. Удаление пыли с листьев. Мытьё поддонов. Планировка пришкольного участка. Сезонные работы на участке в зависимости от времени года. Инвентарь для работы на участке осенью, зимой, весной и летом. Рабочая одежда (спецодежда) в зависимости от сезона – фартук (халат), косынка, перчатки (рукавицы). Правила безопасной работы с инвентарём на участке в зависимости от сезона. Осенние работы: определение места и направления работы, правила подметания дорожек, правила сметания мусора в кучу, правила заметания мусора в савок, сбор мусора

в ведро, вынос мусора в определённое место. Зимние работы: правила подметания снега с дорожек с асфальтированным (бетонным) покрытием. Весенние работы: определение места и направления работы, правила подметания дорожек, правила сметания мусора в кучу, правила заметания мусора в савок, сбор мусора в ведро, вынос мусора в определённое место, правила полива клумбы из лейки. Работа в цветниках. Полив клумбы из лейки.

**Практические работы:** Участие в генеральной уборке жилого помещения. Чистка мебели. Подметание пола влажным веником. Участие в уборке двора. Полив цветов в классе.

### Тематическое планирование

| № п/п          | Тема   | Кол-во часов |
|----------------|--|--------------|
| <b>5 класс</b> |  | 68ч.         |
| 1.             | Вводное занятие.   | 1            |
| 2.             | Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.   | 1            |
| 3.             | Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.   | 1            |
| 4.             | Практическое повторение: Распознавание туалетных принадлежностей по их функциональному использованию.  | 1            |
| 5.             | Практическое повторение: Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног.                                      | 1            |
| 6.             | Практическое повторение: стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем   | 1            |
| 7.             | Здоровье и красота прически.   | 1            |
| 8.             | Практическое повторение: расчесывание волос  | 1            |
| 9.             | Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки. | 1            |
| 10.            | Практическое повторение: стирка носового платочка, носок   | 1            |
| 11.            | Гигиена зрения.  | 1            |
| 12.            | Практическое повторение: установка настольной лампы на рабочем месте   | 1            |
| 13.            | Значение зрения в жизни и деятельности человека  | 1            |
| 14.            | Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.  | 1            |
| 15.            | Осанка и её значение.  | 1            |
| 16.            | Практическое повторение: Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.  | 1            |
| 17.            | Виды одежды и обуви. Знакомство с названиями одежды и обуви: уличной, школьной, домашней.  | 1            |
| 18.            | Практическое повторение: Одевание носков, брюк, расстегивание и застегивание застежек на липучках, молниях, пуговицах.                                 | 1            |
| 19.            | Практическое повторение: Завязывание и развязывание шнурков.   | 1            |
| 20.            | Смена одежды и обуви по сезону   | 1            |
| 21.            | Практическое повторение: Распознавание различных видов одежды («Выбери одежду для улицы, дома» и др.).   | 1            |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 22. | Сроки смены белья  | 1 |
| 23. | Практическое повторение: Утюжка белья  | 1 |
| 24. | Правила хранения белья до стирки   | 1 |
| 25. | Практическое повторение: Правила применения мыла при стирке  | 1 |
| 26. | Использование стирального порошка  | 1 |
| 27. | Посуда, применяемая для стирки белья   | 1 |
| 28. | Практическое повторение: Приемы стирки и сушки мелких вещей: носовой платок, воротничок, носки.          | 1 |
| 29. | Сушка мокрой обуви   | 1 |
| 30. | Ежедневное встряхивание и чистка щеткой своей одежды.  | 1 |
| 31. | Практическое повторение: Чистка домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.                         | 1 |
| 32. | Уход за одеждой. Уход за обувью. Ремонт одежды   | 1 |
| 33. | Диагностика (мониторинг)   | 1 |
| 34. | Знакомство с наметочным («вперед иголку») швом. Назначение шва.  | 1 |
| 35. | Практическое повторение: Пришивание пуговиц.   | 1 |
| 36. | Продукты питания и их значение.  | 1 |
| 37. | Значение питания в жизни и деятельности людей.   | 1 |
| 38. | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания  | 1 |
| 39. | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей                                     | 1 |
| 40. | Место приготовления пищи и оборудование его  | 1 |
| 41. | Приготовление пищи не требующей тепловой обработки   | 1 |
| 42. | Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу   | 1 |
| 43. | Практическое повторение: мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения                        | 1 |
| 44. | Сервировка стола   | 1 |
| 45. | Практическое повторение: сервировка стола с учетом различных меню  | 1 |
| 46. | Бутерброды. Вред или польза?   | 1 |
| 47. | Практическое повторение: нарезка хлеба. Строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами     | 1 |
| 48. | Салаты и винегреты.  | 1 |
| 49. | Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов  | 1 |
| 50. | О культуре поведения. Правила общения  | 1 |
| 51. | Правила поведения дома, в школе, на улице, в общественных местах.  | 1 |
| 52. | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом | 1 |
| 53. | Правила поведения за столом  | 1 |
| 54. | Виды жилых помещений. Виды жилых помещений: общежитие, квартиры, индивидуальные дома.                    | 1 |
| 55. | Правила поведения в квартире   | 1 |
| 56. | Сухая / влажная уборка. Отличительные особенности.   | 1 |
| 57. | Ежедневная уборка: последовательность действий.  | 1 |
| 58. | Сезонная уборка: последовательность действий.  | 1 |
| 59. | Правила вытирания пыли и подметания пола.  | 1 |
| 60. | Мебель обыкновенная, мягкая, полированная  | 1 |

|                |   |             |
|----------------|---|-------------|
| 61.            | Правила ухода за мебелью. Современные средства для чистки мебели  | 1           |
| 62.            | Уход за зеркалами: средства, приспособления и способы.  | 1           |
| 63.            | Сухая и влажная уборка помещения  | 1           |
| 64.            | Уход за растениями.   | 1           |
| 65.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 66.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 67.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 68.            | Диагностика (мониторинг).   | 1           |
| <b>6 класс</b> |   | <b>68ч.</b> |
| 1.             | Вводное занятие.  | 1           |
| 2.             | Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.  | 1           |
| 3.             | Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета.  | 1           |
| 4.             | Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног   | 1           |
| 5.             | Здоровье и красота прически.  | 1           |
| 6.             | Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расчёска, полотенце, трусики, носки | 1           |
| 7.             | Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека   | 1           |
| 8.             | Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач  | 1           |
| 9.             | Осанка и её значение.   | 1           |
| 10.            | Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки.  | 1           |
| 11.            | Виды одежды. Предметы и средства по уходу за одеждой.   | 1           |
| 12.            | Ежедневный уход за одеждой: общие правила.  | 1           |
| 13.            | Способы размещения одежды. Практическая работа.   | 1           |
| 14.            | Мелкий ремонт одежды: подготовительные работы.  | 1           |
| 15.            | Символы стирки. Алгоритм и порядок стирки.  | 1           |
| 16.            | Моющие средства: сода, мыло, стиральный порошок   | 1           |
| 17.            | Практическое повторение: Правила пользования моющими средствами и их хранение   | 1           |
| 18.            | Стирка мелких вещей   | 1           |
| 19.            | Предметы и средства по уходу за головными уборами.  | 1           |
| 20.            | Зашивание распорвшегося шва   | 1           |
| 21.            | Уход за обувью  | 1           |
| 22.            | Обувь в зависимости от времени года   | 1           |
| 23.            | Практическое повторение: Шнурование обуви.  | 1           |
| 24.            | Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей  | 1           |
| 25.            | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания   | 1           |
| 26.            | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей  | 1           |
| 27.            | Кухонная посуда и уход за ней   | 1           |
| 28.            | Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.   | 1           |
| 29.            | Практическое повторение: мытье посуды, кухонных принадлежностей   | 1           |
| 30.            | Виды обработки продуктов  | 1           |

|                |   |             |
|----------------|---|-------------|
| 31.            | Гигиенические правила приготовления пищи.   | 1           |
| 32.            | Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей      | 1           |
| 33.            | Диагностика (мониторинг).   | 1           |
| 34.            | Практическое повторение: соблюдение правил пользования режущими инструментами                     | 1           |
| 35.            | Практическое повторение: сервировка стола с учетом различных меню                                 | 1           |
| 36.            | Культура поведения  | 1           |
| 37.            | Правила поведения дома, в школе, на улице, в общественных местах                                  | 1           |
| 38.            | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании                                 | 1           |
| 39.            | Правила общения со сверстниками   | 1           |
| 40.            | Прием гостей  | 1           |
| 41.            | Правила поведения за столом   | 1           |
| 42.            | Практическое повторение: Изготовление несложных сувениров.  | 1           |
| 43.            | «В гости к...» - ролевая игра   | 1           |
| 44.            | Правила приема приглашения в гости и формы отказа.  | 1           |
| 45.            | Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа);                   | 1           |
| 46.            | Подготовка к поездке в гости: подарки.  | 1           |
| 47.            | Практическое повторение: Ролевая игра, ситуативные диалоги, при встрече, расставании и за столом. | 1           |
| 48.            | Виды жилых помещений.   | 1           |
| 49.            | Периодичность уборки жилых помещений.   | 1           |
| 50.            | Ежедневная уборка: последовательность действий.   | 1           |
| 51.            | Средства для уборки жилого помещения  | 1           |
| 52.            | Сезонная уборка: последовательность действий.   | 1           |
| 53.            | Сухая / влажная уборка. Отличительные особенности.  | 1           |
| 54.            | Правила вытирания пыли и подметания пола.   | 1           |
| 55.            | Еженедельная уборка. Практическая работа.   | 1           |
| 56.            | Разнообразие комнатных растений   | 1           |
| 57.            | Уход за растениями  | 1           |
| 58.            | Полив, рыхление почвы. Размножение комнатных растений   | 1           |
| 59.            | Посадка растений в горшок   | 1           |
| 60.            | Протирание листьев растений. Обрезка старых листьев   | 1           |
| 61.            | Семья. Состав семьи (родственные отношения)   | 1           |
| 62.            | Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.   | 1           |
| 63.            | Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, продуктивная деятельность их              | 1           |
| 64.            | Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни их рождения                              | 1           |
| 65.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 66.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 67.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 68.            | Диагностика (мониторинг)  | 1           |
| <b>7 класс</b> |   | <b>68ч.</b> |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 1.  | Вводное занятие   | 1 |
| 2.  | Правила личной гигиены  | 1 |
| 3.  | Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета   | 1 |
| 4.  | Уход за полостью рта  | 1 |
| 5.  | Уход за волосами  | 1 |
| 6.  | Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей   | 1 |
| 7.  | Берегите зрение. Гигиена зрения   | 1 |
| 8.  | Уход за кожей рук и ног   | 1 |
| 9.  | Осанка. Её значение   | 1 |
| 10. | Одежда и обувь.   | 1 |
| 11. | Назначение одежды и обуви   | 1 |
| 12. | Знакомство с видами обуви: кожаной, резиновой и текстильной.  | 1 |
| 13. | Уход за одеждой   | 1 |
| 14. | Уход за обувью  | 1 |
| 15. | Хранение обуви и одежды   | 1 |
| 16. | Сухая и влажная чистка одежды   | 1 |
| 17. | Стирка вещей. Моющие средства: сода, мыло, стиральный порошок. Правила пользования моющими средствами и их хранение | 1 |
| 18. | Подготовка белья к стирке. Сортировка белья.  | 1 |
| 19. | Замачивание белья.  | 1 |
| 20. | Стирка ручных полотенец.  | 1 |
| 21. | Способы выведения травяных и жировых пятен.   | 1 |
| 22. | Зашивание распорвшегося шва, пришивание пуговицы, наложение заплата, аппликации.                                    | 1 |
| 23. | Питание. Значение питания в жизни и деятельности людей.   | 1 |
| 24. | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.  | 1 |
| 25. | Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей  | 1 |
| 26. | Мебель и оборудование кухни.  | 1 |
| 27. | Правила безопасности при использовании колюще-режущих предметов.  | 1 |
| 28. | Основные продукты питания.  | 1 |
| 29. | Скоропортящиеся продукты.   | 1 |
| 30. | Режим питания. Совместимость продуктов питания.   | 1 |
| 31. | Правила поведения за столом. Как нужно есть?  | 1 |
| 32. | Экскурсия в столовую. Оборудование кухни.   | 1 |
| 33. | Культура поведения  | 1 |
| 34. | Диагностика(мониторинг)   | 1 |
| 35. | Правила общения со старшими   | 1 |
| 36. | Правила общения со сверстниками   | 1 |
| 37. | Правила поведения дома, в школе, на улице, в общественных местах.   | 1 |
| 38. | Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом.           | 1 |
| 39. | Диагностика (мониторинг)  | 1 |
| 40. | Подготовка к поездке гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения,  | 1 |



|                |   |             |
|----------------|---|-------------|
|                | прическа)   |             |
| 41.            | Правила поведения за столом.  | 1           |
| 42.            | Изготовление несложных сувениров.   | 1           |
| 43.            | Уход за жилищем   | 1           |
| 44.            | Ежедневная, периодическая и генеральная уборка.                                       | 1           |
| 45.            | Уход за помещением  | 1           |
| 46.            | Сухая / влажная уборка. Отличительные особенности.                                    | 1           |
| 47.            | Средства для уборки жилого помещения  | 1           |
| 48.            | Правила вытирания пыли и подметания пола.   | 1           |
| 49.            | Сезонная уборка. Практическая работа.   | 1           |
| 50.            | Еженедельная уборка. Практическая работа.   | 1           |
| 51.            | Разнообразие комнатных растений   | 1           |
| 52.            | Виды декоративных растений.   | 1           |
| 53.            | Уход за растениями.   | 1           |
| 54.            | Полив, рыхление почвы. Размножение комнатных растений.                                | 1           |
| 55.            | Полив, рыхление почвы. Размножение комнатных растений.                                | 1           |
| 56.            | Посадка растений в горшок.  | 1           |
| 57.            | Садовый инвентарь.  | 1           |
| 58.            | Почтовый адрес дома, школы.   | 1           |
| 59.            | Почтовый адрес дома, школы.   | 1           |
| 60.            | Семья   | 1           |
| 61.            | Состав семьи. Родственные отношения (мать, отец, сестра, брат, бабушка, дедушка).     | 1           |
| 62.            | Взаимоотношение между членами семьи и взаимопомощь.                                   | 1           |
| 63.            | Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи, дни их рождения.                 | 1           |
| 64.            | Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность, продуктивная деятельность их. | 1           |
| 65.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 66.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 67.            | Сезонные работы на пришкольном участке.   | 1           |
| 68.            | Диагностика(мониторинг)   | 1           |
| <b>8 класс</b> |   | <b>68ч.</b> |
| 1.             | Виды жилых помещений.   | 1           |
| 2.             | Гигиенические требования к жилому помещению.  | 1           |
| 3.             | Периодичность уборки жилых помещений.   | 1           |
| 4.             | Ежедневная уборка: последовательность действий.                                       | 1           |
| 5.             | Еженедельная уборка: последовательность действий.                                     | 1           |
| 6.             | Сезонная уборка: последовательность действий.   | 1           |
| 7.             | Сухая / влажная уборка. Отличительные особенности.                                    | 1           |
| 8.             | Правила вытирания пыли и подметания пола.   | 1           |
| 9.             | Ковровые покрытия. Виды и способы ухода.  | 1           |
| 10.            | Виды мебели. Средства по уходу за мебелью.  | 1           |
| 11.            | Способы ухода за мебелью.   | 1           |
| 12.            | Уход за мягкой мебелью.   | 1           |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 13. | Уход за зеркалами: средства, приспособления и способы.  | 1 |
| 14. | Сезонные работы на пришкольном участке: осень.  | 1 |
| 15. | Виды одежды. Предметы и средства по уходу за одеждой.   | 1 |
| 16. | Ежедневный уход за одеждой: общие правила.  | 1 |
| 17. | Способы размещения одежды в шкафу. Сортировка вещей   | 1 |
| 18. | Мелкий ремонт одежды: подготовительные работы. Пришивание пуговиц.  | 1 |
| 19. | Символы стирки. Алгоритм и порядок стирки.  | 1 |
| 20. | Ручная стирка изделий. Правила ручной стирки.   | 1 |
| 21. | Правила стирки изделий из белых тканей.   | 1 |
| 22. | Символы и правила утюжки. Правила пользования утюгом.   | 1 |
| 23. | Виды и назначение головных уборов.  | 1 |
| 24. | Предметы и средства по уходу за головными уборами.  | 1 |
| 25. | Виды обуви. Выбор обуви по назначению: правила.   | 1 |
| 26. | Подбор приспособлений по уходу за обувью.   | 1 |
| 27. | Повседневный уход за обувью: порядок и правила.   | 1 |
| 28. | Уход за обувью из замши, кожи.  | 1 |
| 29. | Мебель и оборудование кухни. Правила безопасной работы на кухне.  | 1 |
| 30. | Питательные вещества растительного и животного происхождения.   | 1 |
| 31. | Витамины.   | 1 |
| 32. | Диагностика (мониторинг)  | 1 |
| 33. | Сезонные работы на пришкольном участке: зима.   | 1 |
| 34. | Кухонная посуда и инвентарь.  | 1 |
| 35. | Организация рабочего места.   | 1 |
| 36. | Рабочая поза работающего.   | 1 |
| 37. | Значение хлеба в жизни человека. Техника безопасности при работе с ножом. Практическая работа: нарезаем хлеб. | 1 |
| 38. | Скоропортящиеся продукты.   | 1 |
| 39. | Блюда из круп. Каши на воде и молоке. Правила безопасного пользования плитой.                                 | 1 |
| 40. | Первые и вторые блюда из овощей.  | 1 |
| 41. | Приготовление овощного супа.  | 1 |
| 42. | Сервировка и уборка стола.  | 1 |
| 43. | Декоративно-лиственные растения.  | 1 |
| 44. | Декоративно-цветущие растения.  | 1 |
| 45. | Уход за декоративно-лиственными растениями.   | 1 |
| 46. | Уход за декоративно-цветущими растениями.   | 1 |
| 47. | Способы размножения комнатных растений. Практическая работа «Размножение комнатных растений».                 | 1 |
| 48. | Факторы, влияющие на растения декоративного вида .  | 1 |
| 49. | Режим полива и опрыскивание растений.   | 1 |
| 50. | Виды удобрений.   | 1 |
| 51. | Подкормка растений удобрением   | 1 |
| 52. | Обрезка сухих и поврежденных листьев  | 1 |
| 53. | Болезни и вредители комнатных растений  | 1 |

|                |   |             |
|----------------|---|-------------|
| 54.            | Практическая работа. Подкормка растений.  | 1           |
| 55.            | Виды бытовых приборов (пылесос, утюг, миксер).  | 1           |
| 56.            | Правила работы с бытовыми приборами   | 1           |
| 57.            | Правила техники безопасности при работе с пылесосом.  | 1           |
| 58.            | Правила техники безопасности при работе с миксером.   | 1           |
| 59.            | Правила техники безопасности при работе с утюгом.   | 1           |
| 60.            | Весенние виды работ Работа в цветниках (подготовка почвы к посадкам и посевам)                        | 1           |
| 61.            | Весенние виды работ: высадка рассады однолетних и многолетних культур                                 | 1           |
| 62.            | Весенние виды работ: прополка сорняков на клумбе.   | 1           |
| 63.            | Весенние виды работ: полив растений из лейки.   | 1           |
| 64.            | Секатор: назначение, уход и хранение.   | 1           |
| 65.            | Правила работы с секатором. Обрезка сухих, поломанных веток.  | 1           |
| 66.            | Уход за растениями, прополка, рыхление, полив.  | 1           |
| 67.            | Уход за растениями, прополка, рыхление, полив.  | 1           |
| 68.            | Диагностика (мониторинг)  | 1           |
| <b>9 класс</b> |   | <b>68ч.</b> |
| 1.             | Предметы санитарии, гигиены.  | 1           |
| 2.             | Этапы утреннего, вечернего туалета.   | 1           |
| 3.             | Виды одежды.  | 1           |
| 4.             | Уход за одеждой. Правила пользования утюгом. Чистка щеткой.   | 1           |
| 5.             | Раскладывание одежды на спинке стула, развешивание на вешалки.<br>Правила хранения спортивной одежды. | 1           |
| 6.             | Виды обуви. Различение, называние предметов обуви.  | 1           |
| 7.             | Уход за обувью: удаление пыли, нанесение слоя гуталина, чистка щеткой.                                | 1           |
| 8.             | Уход за обувью: удаление пыли и налипшей грязи с обуви. Мытье резиновой обуви.                        | 1           |
| 9.             | Хранение принадлежностей для чистки обуви и одежды.   | 1           |
| 10.            | Шнуровка обуви. Завязывание и развязывание шнурков.   | 1           |
| 11.            | Правила применения мыла при стирке.   | 1           |
| 12.            | Приёмы стирки и сушки мелких вещей: носовой платок, носки.  | 1           |
| 13.            | Ручная игла. Правила техники безопасности при работе с ручной иглой.                                  | 1           |
| 14.            | Правила техники безопасности при работе с ручной иглой. Пришивание пуговиц.                           | 1           |
| 15.            | Ремонт белья по распоровшемуся шву.   | 1           |
| 16.            | Виды жилых помещений: квартиры, индивидуальные дома.  | 1           |
| 17.            | Уборка квартиры.  | 1           |
| 18.            | Подметание пола, уборка мусора.   | 1           |
| 19.            | Приборы для уборки помещения.   | 1           |
| 20.            | Пылесос. Чистка ковров.   | 1           |
| 21.            | Удаление пыли с мебели и подоконников.  | 1           |
| 22.            | Ежедневная, периодическая и генеральная уборка.   | 1           |
| 23.            | Проветривание жилых помещений.  | 1           |
| 24.            | Мебель обыкновенная, мягкая и полированная.   | 1           |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 25. | Правила ухода за мебелью.   | 1 |
| 26. | Ванная комната, её предназначение.  | 1 |
| 27. | Санузел, правила пользования санузлом.  | 1 |
| 28. | Нормы и режим питания.  | 1 |
| 29. | Витамины. Значение витаминов в питании.   | 1 |
| 30. | Основные продукты питания.  | 1 |
| 31. | Значение правильного питания для поддержания и укрепления здоровья.                                 | 1 |
| 32. | Диагностика (мониторинг).   | 1 |
| 33. | Виды мясных продуктов. Практическая работа «Блюда из мяса и мясопродуктов».                         | 1 |
| 34. | Виды рыбных продуктов. Практическая работа «Блюда из рыбы и рыбных продуктов».                      | 1 |
| 35. | Виды круп. Практическая работа «Угадай крупу».  | 1 |
| 36. | Блюда из круп, способ приготовления.  | 1 |
| 37. | Польза каш для организма.   | 1 |
| 38. | Виды овощей, их польза.   | 1 |
| 39. | Последовательность в обработку овощей и фруктов: сортировка, мытьё.                                 | 1 |
| 40. | Приготовление овощного салата.  | 1 |
| 41. | Холодильник. Хранение пищи и продуктов питания.   | 1 |
| 42. | Мытьё столовой посуды в двух водах.   | 1 |
| 43. | Приёмы сушки посуды.  | 1 |
| 44. | Назначение и правила пользования ложкой, вилкой, ножом.   | 1 |
| 45. | Правила накрывания стола к завтраку.  | 1 |
| 46. | Полдник. Зачем нужен полдник.   | 1 |
| 47. | Правила накрывания стола к чаю.   | 1 |
| 48. | Приготовление овощных блюд из сырых овощей (салат).   | 1 |
| 49. | Чистка овощей. Отваривание картофеля.   | 1 |
| 50. | Приготовление бутербродов.  | 1 |
| 51. | Декоративно-лиственные растения.  | 1 |
| 52. | Декоративно-цветущие растения.  | 1 |
| 53. | Уход за декоративно-лиственными растениями.   | 1 |
| 54. | Уход за декоративно-цветущими растениями.   | 1 |
| 55. | Способы размножения комнатных растений. Практическая работа «Размножение комнатных растений».       | 1 |
| 56. | Факторы, влияющие на растения декоративного вида .  | 1 |
| 57. | Режим полива и опрыскивание растений.   | 1 |
| 58. | Виды удобрений.   | 1 |
| 59. | Подкормка растений удобрением.  | 1 |
| 60. | Обрезка сухих и поврежденных листьев.   | 1 |
| 61. | Болезни и вредители комнатных растений.   | 1 |
| 62. | Практическая работа. Подкормка растений.  | 1 |
| 63. | Сезонные работа на пришкольном участке. Работа в цветниках (подготовка почвы к посадкам и посевам). | 1 |
| 64. | Высадка рассады однолетних и многолетних культур.   | 1 |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 65. | Прополка сорняков на клумбе.               | 1 |
| 66. | Полив растений из лейки.                   | 1 |
| 67. | Обрезка сухих, поломанных веток секатором. | 1 |
| 68. | Диагностика (мониторинг).                  | 1 |