


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Павловская средняя общеобразовательная школа»

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО

Руководитель МО


 /Финберг Я.И./

Протокол №1 от

«30» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР

 / Е.Н.Потапчик/

«30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора

МБОУ «Павловская СОШ»

 /В.М.Ерёмич /

«31» августа 2023г.

№ 85/30



**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ**

для обучающихся 5-9 классов

**Составитель рабочей программы:**

Миноченко А.А.

д. Павловка

2023 г.

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа (далее АРП) учебного предмета «Основы социальной жизни» (далее ОСЖ) составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189 (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 № 19993);
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.32.86-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы» под редакцией В. В. Воронковой. М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2013г.Сб. № 1.

АРП учебного предмета ОСЖ рассчитана на 5 лет

**Целью** данной программы является развитие социальной компетентности у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и подготовка их к самостоятельной жизни в социуме.

### **Основные задачи:**

- формирование у воспитанников Павловской СОШ знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и их социально-психологической адаптации;
- развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;

- развитие умений, необходимых подросткам с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитание позитивных качеств личности.

Предмет ОСЖ изучается с 5 по 9 классы. Это позволяет учителю, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Изучаемый предмет имеет своё логическое продолжение в системе внеклассной работы. Воспитатель осуществляет закрепление полученных на занятиях по ОСЖ знаний и умений в процессе практической работы, формирует на их основе прочные навыки. Только комплексная совместная деятельность учителя и воспитателя позволит достичь желаемых результатов.

Занятия по ОСЖ проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

## **I. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета**

В результате реализации АРП учебного предмета ОСЖ у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту, в самостоятельном поиске работы и трудоустройстве.

## 5 класс

### **Учащиеся должны знать:**

- Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы; правила освещения помещения, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач.
- Виды одежды и обуви, правила ухода за одеждой и обувью.
- Виды посуды, правила и приемы ухода.
- Виды бутербродов, санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи назначение кухонных принадлежностей и посуды, правила пользования ножом, электроплитой, микроволновой печью.
- Требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя, правила поведения при встрече и расставании, формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании, культуру поведения за столом во время приема пищи.
- Виды жилых помещений в городе и селе и их различие, почтовый адрес своего дома и школы.
- Наиболее рациональный маршрут проезда до районного центра, варианты проезда различными видами транспорта, количество времени, затрачиваемого на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут, основные знаки дорожного движения.
- Основные виды торговых предприятий, их назначение, виды отделов в продовольственных магазинах и порядок покупки товаров в них, а также значение срока годности продуктов питания, их хранение.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Совершать утренний туалет, в определенной последовательности совершать вечерний туалет, мыть и причесывать волосы, выбирать прическу.
- Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подбирать крем и чистить кожаную обувь, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.
- Резать ножом продукты для бутербродов, отваривать яйца, нарезать вареные овощи кубиками и соломкой, накрывать на стол с учетом конкретного меню, мыть и чистить кухонные и столовые принадлежности и посуду.
- Следить за своей осанкой, принимать правильную позу в положении сидя, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстникам и взрослым. Тактично вести себя во время разговора со старшими и сверстниками, правильно вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).
- Соблюдать правила поведения в общественном транспорте. Правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу. Соблюдать правила дорожного движения.

- Выбирать продукты для приготовления завтрака с учетом конкретного меню, оплачивать покупку, правильно хранить продукты питания и готовую пищу в домашних условиях.

## **6 класс**

### **Учащиеся должны знать:**

- Правила закаливания организма, обтирания; правила соблюдения личной гигиены во время выполнения физических упражнений, походов, правила ухода за руками.

- Правила стирки изделий из хлопчатобумажных тканей, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами, электронагревательными приборами и бытовыми химическими средствами.

- Состав семьи, имена, отчества родителей и близких родственников, место работы и должность родителей, правила поведения в семье.

- Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения и меры предосторожности при посещении массовых мероприятий.

- Способы первичной и тепловой обработки круп, овощей, санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, правила пользования электроприборами, определение качества и сроков хранения продуктов, правила хранения продуктов в холодильнике и без него.

- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательности проведения уборки помещения, санитарно-гигиенические требования, назначение пылесоса и уход за ним.

- Основные транспортные средства, стоимость проезда на пригородном железнодорожном транспорте, порядок приобретения билетов.

- Виды специализированных магазинов, виды и стоимость различных товаров, порядок приобретения товаров.

- Виды медицинской помощи и медицинских учреждений, функции основных врачей-специалистов.

- Основные средства связи; виды почтовых отправлений, стоимость почтовых услуг при отправлении писем различного вида.

- Виды детских учреждений и их назначение, адрес Дома культуры, какие кружки и секции в нем имеются.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Мыть руки, стричь ногти на руках и ногах; подбирать косметические средства для ухода за кожей рук.

- Пришивать пуговицы. Подбирать моющие средства для стирки, стирать и гладить изделия из хлопчатобумажных тканей.

- Культурно вести себя в театре, музее, читальном зале, правильно и безопасно вести себя при посещении массовых мероприятий.
- Варить кашу на воде, отваривать картофель и готовить пюре, заваривать чай, оформлять готовые блюда.
- Производить сухую и влажную уборку помещения с использованием пылесоса, ухаживать за мебелью в зависимости от ее покрытия, используя бытовые химические средства.
- Оплачивать проезд на всех видах транспорта, приобретать билет на железнодорожной станции на пригородные поезда.
- Выбирать доброкачественные продукты питания в продовольственном магазине, обращаться к продавцу, кассиру.
- Вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке.
- Записывать почтовые адреса с индексом на конвертах.

## **7 класс**

### **Учащиеся должны знать:**

- Правила соблюдения личной гигиены подростка, правила смены одежды, нательного и постельного белья.
- Особенности стирки белья с использованием стиральной машины-автомата. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при ремонте одежды, стирке с помощью стиральной машины, последовательность и особенности утюжки брюк и спортивной одежды. Назначение прачечной, виды услуг и правила пользования. Некоторые тихие и подвижные игры для младших школьников.
- Способы обработки овощных, мясных, рыбных продуктов, последовательность приготовления блюд, правила пользования бытовыми электроприборами и возможность использования их, санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи, правила пользования столовыми приборами.
- Правила приема приглашения в гости и поведения в гостях, правила вручения и приема подарков.
- Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки жилого помещения, способы и периодичность ухода за полом в зависимости от его покрытия, виды моющих средств.
- Функции железнодорожного транспорта, виды пассажирских вагонов, примерную стоимость билета в зависимости от вида вагона и дальности расстояния, виды справочных служб, виды камер хранения, сроки и стоимость хранения багажа.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, максимальный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки посылки.

- Состав домашней аптечки, правила применения и назначения медицинских средств, входящих в состав домашней аптечки, местные лекарственные растения, правила обработки незначительных порезов и наложение повязки.
- Местонахождение ближайших промышленных предприятий или сельскохозяйственных объектов, виды выпускаемой продукции, названия рабочих специальностей.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, стирать белье с помощью стиральной машины-автомата, гладить брюки и спортивную одежду.
- Одевать малышей на прогулку, объяснять детям младшего возраста правила игры и играть с ними в тихие и подвижные игры, помогать первоклассникам при уборке игрушек.
- Выбирать подходящую одежду для визита в гости, культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры, вручать и принимать подарки.
- Готовить обед, готовить третьи блюда, оформлять готовые блюда, сервировать стол к обеду.
- Убирать жилые помещения, мыть пол в зависимости от его покрытия, выбирать моющие средства.
- Ориентироваться в расписании, приобретать билеты в железнодорожной кассе, обращаться за справкой в справочную службу вокзала, центральную справочную по телефону.
- Упаковывать посылку, составлять опись содержимого посылки.
- Пользоваться термометром, готовить отвары и настои из лекарственных растений, обрабатывать раны при микротравмах.

## **8 класс**

### **Учащиеся должны знать:**

- Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей, утюжка изделий.
- Способы и последовательность приготовления изделий из теста, заморозки овощей и зелени.
- Типы кожи и правила ухода за кожей лица.
- Правила периодичности кормления ребенка из соски и ложки, купание ребенка, одевание и пеленание грудного ребенка.
- Правила поведения юношей и девушек при знакомстве в общественных местах, дома, внешний вид.
- Правила и периодичность уборки кухни, моющие средства.

- Основные автобусные маршруты.
- Правила пользования телефонным справочником, виды заказов междугороднего телефонного разговора.
- Правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: ожог, обморожение, тепловой и солнечный удар.
- Основные статьи доходов и расходов в семье, размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии.
- Ассортимент товаров в различных специальных магазинах, стоимость промышленных и продовольственных товаров.
- Адрес муниципалитета, функции отделов муниципалитета.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Стирать, сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей, утюжка блузок и рубашек.
- Готовить изделия из разных видов теста, заморозить зелень и овощи.
- Выбирать косметические средства в зависимости от состояния кожи, времени года.
- Купать, одевать, пеленать куклу, кормить, содержать в порядке детскую постель, игрушки.
- Культурно и вежливо вести себя при знакомстве, в общественных местах, дома, подбирать прическу, одежду, учитывая свой возраст.
- Мыть кафельные стены и раковину, пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам.
- Пользоваться расписанием, покупать билет, определять стоимость проезда.
- Объяснить причину звонка по телефону срочного вызова, культурно разговаривать по телефону.
- Оказывать первую помощь при ожогах, обмороживании, тепловом и солнечном ударе.
- Подсчитать расходы, снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, планировать крупные покупки.

## **9 класс**

### **Учащиеся должны знать:**

- О вредном воздействии алкоголя и наркотиков и курения на организм человека.
- Стиль одежды и моды, гарантийные сроки носки, правила возврата покупок, санитарно-гигиенические требования и правила по Т.Б. при работе со средствами для выведения пятен.
- Порядок и условия заключения и расторжения брака, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.



- Требования к культуре поведения, нормы морали и этики в современном обществе, правила приема гостей.
- Способы приготовления национальных и диетических блюд, правила сервировки праздничного стола.
- Основные службы аэровокзала, основные маршруты самолетов, службы аэровокзала, порядок приобретения авиабилетов, правила регистрации билета и багажа, правила посадки и безопасного поведения в самолете.
- Отделы рынка, цены на отдельные товары, отличия цен на ярмарке, рынке, в магазинах.
- Меры по предупреждению инфекционных заболеваний, условия освобождения от работы (по болезни и ухода за больным).
- Учреждения и отделы по трудоустройству.
- Виды документов необходимых для поступления на работу, правила перехода на другую работу.
- Правила расстановки мебели в квартире. Требования к подбору занавесей. Светильников и других деталей интерьера.
- Виды оказываемых услуг бытовой сферы, профессии работников предприятий.
- Современные виды связи, денежные переводы и их стоимость.
- Перечень основных деловых бумаг и требования к их написанию.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Встречать гостей, вежливо вести себя во время приема гостей, соблюдать морально-этические нормы в семье и обществе.
- Анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку.
- Подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями и размерами, выводить пятна различными способами и средствами.
- Сервировать праздничный стол, готовить национальные блюда и блюда диетического питания, составлять меню праздничного стола.
- Выбирать покупки в соответствии со своими потребностями и возможностями, вежливо обращаться к продавцу, подсчитывать стоимость покупки.
- Ориентироваться в расписании авиарейсов, определять маршрут и выбирать транспортные средства.
- Одевать, умыть, кормить больного, измерять температуру, ставить горчичники.
- Заполнять бланки почтово-телеграфного перевода.
- Заполнять анкету, писать заявления о принятии на работу, учебу, автобиографию, обращаться в отделы кадров для устройства на работу.

- Составлять заявки на материалы, инструменты, написать расписку, докладную записку.

## **II. Содержание учебного предмета**

Согласно учебному плану МБОУ «Павловская СОШ» на изучение учебного предмета «ОСЖ» в 5 –6 классах отводится 1 час, 7- 9 классах отводится 2 часа в неделю для каждого класса:

Класс	5	6	7	8	9
Кол-во часов	34	34	68	68	68

### **Тематическое планирование 5 класс**

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Введение	1	1	-
2.	Личная гигиена	5	3	2
3.	Одежда и обувь	2	1	1
4.	Культура поведения	3	2	1
5.	Питание	7	5	2
6.	Семья	2	1	1
7.	Жилище	4	2	2
8.	Транспорт	3	2	1
9.	Торговля	3	2	1
10.	Медицинская помощь	2	2	-
11.	Подведение итогов за год	2	2	-
	Всего:	34	23	11

#### **Вводное занятие**

Что изучает предмет ОСЖ. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.

#### **Личная гигиена**

Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Правила личной гигиены в течение дня.

Предметы и средства личной гигиены.

Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей.

Уход за волосами.

Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению. Практическая работа.  
Разучивание комплекса упражнений для разминки мышц глаз.

### **Практические работы**

Выполнение утреннего туалета.

Стирка личных вещей.

Причесывание волос.

Разучивание комплекса упражнений для разминки мышц глаз.

### **Одежда и обувь**

Виды одежды и головных уборов по назначению.

Правила и способы повседневного ухода за одеждой.

Виды обуви, их назначение.

Повседневный уход за обувью.

### **Практические работы**

Сушка и чистка обуви.

### **Культура поведения**

Значение осанки для общего состояния здоровья.

Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.

Культура поведения за столом.

### **Практические работы**

Изучение комплекса упражнений для осанки.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Встреча друзей». «В кафе...».

### **Питание**

Значение продуктов питания в жизни и деятельности человека.

Режим питания школьника, его влияние на здоровье.

Место приготовления пищи и его оборудование. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне.

Кухонная и столовая посуда, приборы, приспособления - назначение.

Правила и приемы ухода за кухонной и столовой посудой.

Чайная посуда, приборы - назначение.

Правила и приемы ухода за чайной посудой.

Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды, их виды и правила

Приготовление.

Приготовление блюд из яиц.

### **Практические работы**

Чистка и мытье кухонной и столовой посуды.

Приготовление горячих бутербродов.

Отваривание яиц.

Приготовление салата «под шубой».

### **Семья**

Семья. Родственные отношения в семье.

### **Жилище**

Виды жилых помещений в городе и селе (жилой дом, квартира, общежитие).

Почтовый адрес.

Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки.

Правила вытирания пыли, подметания и мытья полов.

### **Практические работы**

Уборка класса.

### **Экскурсии**

Чтение названия улиц. Почтовый адрес школы.

### **Транспорт**

Виды транспортных средств.

Проезд в районный центр (маршрут, вид транспорта).

Правила поведения в пассажирском транспорте и на улице.

Правила и знаки дорожного движения.

ИКИ «По дороге со «Смешариками».

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Оплата проезда в маршрутном такси».

### **Торговля**

Виды торговых предприятий.

Продуктовые магазины, их отделы.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Я - покупатель». «В магазине».

### **Экскурсии**

В продовольственный магазин.

## **Медицинская помощь**

Правила безопасного поведения во время летних каникул.

Безопасность на водоемах.

### **Тематическое планирование 6 класс**

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Личная гигиена	3	2	1
2.	Одежда	3	2	1
4.	Семья	2	1	1
5.	Культура поведения	3	2	1
6.	Питание	5	3	2
7.	Жилище	2	1	1
8.	Транспорт	2	1	1
9.	Торговля	3	2	1
10.	Медицинская помощь	3	2	1
11.	Средства связи	3	2	1
12.	Учреждения и организации	3	2	1
13.	Подведение итогов за год.	2	2	-
	Всего:	34	22	12

### **Личная гигиена**

Значение закаливания организма для здоровья человека.

Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.

Правила и приемы ухода за кожей рук.

Правила и приемы ухода за ногами.

### **Практические работы**

Нанесение питательного крема на кожу рук.

Стрижка ногтей на ногах.

### **Одежда и обувь**

Значение опрятного вида человека.

Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.

Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.

### **Практические работы**

Пришивание пуговиц.

Стирка изделий из х/б тканей.

Глажение фартуков, косынок.

### **Семья**

Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.

Права и обязанности каждого члена семьи.

### **Практические работы**

Запись сведений о членах семьи.

Составление родового древа.

### **Культура поведения**

Правила поведения в театре, кинотеатре.

Правила поведения в музее, библиотеке.

Правила поведения в школе во время занятий и на перемене.

### **Ролевые игры**

«Посещение кинотеатра».

### **Экскурсии**

В сельскую библиотеку.

### **Питание**

Правила безопасной работы на кухне.

Хранение продуктов питания и готовой пищи ( в холодильнике и без него).

Блюда из круп.

Картофель. Приготовление блюд из картофеля.

Чай. История чаепития в России.

### **Практические работы**

Приготовление каши на воде.

Приготовление картофельного пюре.

### **Экскурсии**

В продуктовый магазин.

### **Жилище**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.

Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при работе с предметами бытовой химии.

Повседневная сухая и влажная уборка помещения.

Пылесос. Использование в уборке пылесоса.

Уход за мебелью в зависимости от её покрытия.

### **Практические работы**

Уборка спальни комнаты с использованием пылесоса.

Чистка пылесоса после уборки.

### **Транспорт**

Пригородные поезда.

Расписание, направления, зоны.

Способы приобретения билетов.

### **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия на ж-д вокзал.

### **Торговля**

Специализированные продовольственные магазины.

Виды товаров, отделы.

### **Практические работы**

Определение срока годности товара на упаковке.

### **Экскурсии**

В продовольственный магазин.

### **Медицинская помощь**

Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.

Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.

Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Вызов скорой помощи».

## Тематическое планирование 7 класс

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Личная гигиена	6	5	1
2.	Одежда и обувь	8	4	4
3.	Семья	6	2	4
4.	Питание	10	5	5
5.	Культура поведения	6	3	3
6.	Жилище	4	3	1
7.	Транспорт	6	4	2
8.	Средства связи	6	4	2
9.	Медицинская помощь	6	3	3
10.	Учреждения и организации	4	2	2
11.	Торговля	4	3	1
12.	Подведение итогов за год	2	2	-
	Всего:	68	40	28

### **Личная гигиена**

Особенности личной гигиены в жизни подростка.

Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.

Особенности ухода за кожей лица, волосами.

Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.

Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.

### **Практические работы**

Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния.

### **Одежда и обувь**

Значение продления срока служения одежды.

Виды штопок, наложение заплат.

Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.

Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды.

Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.

### **Практические работы**

Ремонт одежды: штопка и наложение заплат.

Стирка изделий из х/б тканей с помощью стиральной машины.



Глажение брюк.

## **Семья**

Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми –одевание, обувание, причёсывание.

Помощь родителям и воспитателям: в соблюдении чистоты и порядка в детском доме и дома.

## **Практические работы**

Оказание помощи первокласснику в одевании, обувании на прогулку.

Оказание помощи первоклассникам в уборке класса.

Разучивание тихих и подвижных игр для младших школьников.

## **Самостоятельные работы.**

Проведение игр с младшими школьниками.

## **Питание**

Виды питания. Пищевая ценность продуктов.

Значение первых, вторых, третьих блюд и их приготовление.

Использование механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.

Правила безопасной работы с режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.

Этикет. Сервировка стола к обеду.

## **Практические работы**

Приготовление щей из свежей капусты.

Подбор и чтение рецептов приготовления киселя, компота.

Приготовления киселя из замороженных ягод.

Сервировка стола к обеду.

## **Культура поведения**

Правила приема приглашения в гости и формы отказа.

Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, причёска), подарки.

Правила вручения подарка.

Сюжетно-ролевые игры: « Меня пригласили в гости».«В гостях...».

## **Практические работы**

Изготовление несложных сувениров.

## **Жилище**

Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.

Подготовка квартиры и дома к весне, лету.

Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.

### **Практические работы**

Мытье полов с использованием химических моющих средств.

### **Транспорт**

Междугородний железнодорожный транспорт.

Вокзалы. Их назначение и основные службы.

Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.

Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения железнодорожных билетов.

### **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия на ж-д вокзал.

### **Средства связи**

Почта. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением). Порядок их отправления.

Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.

### **Практические работы**

Упаковка посылки.

### **Экскурсии**

В почтовое отделение.

### **Медицинская помощь**

Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах.

Домашняя аптечка. Состав домашней аптечки.

Лекарственные растения в домашней аптечке.

### **Практические работы**

Измерение температуры, обработка раны при незначительном порезе.

Упаковка домашней аптечки.

Приготовление витаминизирующего отвара.

### **Учреждения и организации**

Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.

Культура поведения в общественных местах.

## **Экскурсии**

В администрацию поселка.

## **Торговля**

Универмаги и универсамы, их назначение.

Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.

Порядок приобретения (выбор товара, оплата в кассе, получение чека, сдачи).

## **Экскурсии**

В магазин

### **Тематическое планирование 8 класс**

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Одежда и обувь	6	2	4
2.	Питание	8	3	5
3.	Личная гигиена	6	4	2
4.	Семья	4	3	1
5.	Культура поведения	4	3	1
6.	Жилище	4	2	2
7.	Транспорт	4	2	2
8.	Средства связи	8	5	3
9.	Медицинская помощь	4	2	2
10.	Экономика домашнего хозяйства	12	6	6
11.	Торговля	4	2	2
12.	Учреждения и организации	2	2	-
13.	Подведение итогов за год	2	2	-
	Всего:	68	38	30

## **Одежда и обувь**

Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.

Правила и приемы глажения блузок, рубашек.

## **Практические работы**

Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Глажение рубашек.

## **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия в химчистку.

## **Питание**

Меню. Составление меню на день, неделю.

Способы приготовления изделий из теста.

Заготовка продуктов впрок. Замораживание овощей и зелени.

## **Практические работы**

Приготовление песочного печенья.

Подготовка и нарезка овощей для заморозки.

Подготовка и нарезка зелени для заморозки.

## **Личная гигиена**

Значение косметики и дезинфицирующих средств, для юноши и девушки.

Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием дезинфицирующих средств.

Значение здоровья для жизни и деятельности человека.

Пагубное влияние табака на здоровье человека.

## **Практические работы**

Выбор косметических и дезинфицирующих средств.

Протирание кожи лица огуречным лосьоном.

## **Семья**

Грудной ребенок в семье.

Правила ухода за грудным ребенком.

Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.

## **Практические работы**

Упражнения в купании, одевании и пеленании грудного ребенка.

## **Культура поведения**

Культура общения юноши и девушки.

Внешний вид молодых людей.

Виды галстуков и способы их завязывания.

## **Сюжетно-ролевые игры**

«Первое свидание», «Знакомство».

## **Жилище**

Уборка кухни, санузла и ванной комнаты.

Химические моющие средства, используемые при уборке. Техника безопасности при работе.

### **Практические работы**

Чистка раковины на кухне.

Мытье кафельных стен и пола на кухне.

### **Транспорт**

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.

Основные автобусные маршруты. Расписание движения.

### **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия на автовокзал.

### **Средства связи**

Телефон. Виды телефонной связи.

Правила пользования телефонным справочником.

Вызов экстренных аварийных служб.

Правила ведения разговора.

Междугородняя телефонная связь.

Виды заказов междугороднего телефонного разговора.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Вызов экстренной помощи».

### **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия на переговорный пункт.

### **Медицинская помощь**

Первая помощь при несчастных случаях (утопление).

Солнечный и тепловой удар. Первая помощь.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Оказание первой помощи спасенного из водоема».

« Оказание первой помощи при солнечном ударе».

### **Экономика домашнего хозяйства**

Бюджет семьи. Источники доходов.

Основные статьи расходов. Обязательные платежи.

Расходы на приобретение крупных, дорогостоящих покупок.

Незапланированные расходы – повышение уровня культуры: покупка книг, посещение кинотеатра и т.д.

Сбережения. Значение и способы экономии расходов.

Назначение сбережений. Виды хранения сбережений.

### **Практические работы**

Определение суммы доходов семьи за месяц.

Снятие показателей электросчетчика.

Расчет стоимости израсходованной электроэнергии.

Планирование крупных, дорогостоящих покупок.

### **Экскурсии**

Виртуальная экскурсия в сбербанк

### **Торговля**

Специализированные магазины. Правила поведения в магазине.

Виды товара, отделы. Вежливое обращение к продавцу-консультанту.

### **Экскурсии**

В магазин «Бытовой техники».

### **Учреждения, организации и предприятия**

Департамент, муниципалитет, их назначение.

Префектура, полиция, их назначение.

#### **Тематическое планирование 9 класс**

№	Темы	Всего	Теория	Практика
1.	Одежда и обувь	6	4	2
2.	Семья	4	4	-
3.	Культура поведения	3	2	1
4.	Питание	10	5	5
5.	Жилище	4	3	1
6.	Транспорт	4	3	1
7.	Торговля	2	2	-
8.	Средства связи	6	2	4
9.	Медицинская помощь	6	4	2
10.	Профориентация и трудоустройство	16	6	10
11.	Учреждения, организации и предприятия	3	2	1
12.	Подведение итогов за год	2	2	-
13.	Личная гигиена (повторение)	2	2	-
	Всего:	68	41	27

## **Одежда и обувь**

Мода. Стиль одежды.

Способы определения собственного размера одежды и обуви.

Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.

Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде.

### **Практические работы**

Определение собственного размера обуви и одежды.

### **Экскурсии**

В специализированный магазин «Одежда», «Обувь».

## **Семья**

Российская семья. Основы семейных отношений.

Условия создания семьи.

Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.

Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.

## **Культура поведения**

Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при общении.

### **Сюжетно-ролевые игры**

« Мои соседи».

## **Питание**

Диетическое питание, его виды.

Национальные блюда, их виды.

Составление меню диетического питания.

Меню и сервировка праздничного стола.

### **Практические работы**

Приготовление диетического блюда.

Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.

Приготовление вареников с картофелем.

Составление меню и сервировка праздничного стола.

## **Жилище**

Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.

Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.

Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт жилья.

## **Практические работы**

Рациональная расстановка мебели (макет).

## **Транспорт**

Назначение авиатранспорта. Аэропорт.

Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.

Правила поведения в аэропорту. Правила посадки и безопасного поведения в самолете.

## **Сюжетно-ролевые игры**

«Я - пассажир авиатранспорта», «Ситуации в полете».

## **Торговля**

Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.

Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену.

## **Средства связи**

Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).

Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.

Правила безопасного пользования интернетом.

## **Практические работы**

Заполнение бланка почтового денежного перевода.

## **Экскурсии**

В почтовое отделение.

## **Медицинская помощь**

Инфекционные заболевания.

Меры по предупреждению инфекционных заболеваний.

Уход за больным.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.

## **Сюжетно-ролевые игры**

«Больной в доме».

## **Практические работы**

Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций.

## **Профориентация и трудоустройство**

Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.

Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.

Документы, необходимые для поступления на работу.



Правила составления деловых бумаг.

Ситуация выбора после окончания 9 класса.

### **Экскурсии**

В Центр занятости населения.

### **Сюжетно-ролевые игры**

«Я подаю документы ...».

### **Личная гигиена**

Я - выбираю здоровый образ жизни!

Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.

### III. Формы организации учебных занятий

Решение образовательных, коррекционно-развивающих и воспитательных задач требует использования на уроке ОСЖ различных методов обучения:

**Объяснение** – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

**Рассказ** – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ОСЖ используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

**Беседа** – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ОСЖ.

**Практические работы** – целесообразнее проводить, разделив учащихся на бригады из 4-5 человек для самостоятельного выполнения задания. В зависимости от задач урока и оснащенности кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные, так и индивидуальные. Количество практических работ можно увеличить и подобрать виды деятельности по усмотрению учителя.

**Экскурсии** – им отводится значительное место в АРП. Экскурсии могут быть вводные, текущие и итоговые. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

**Сюжетно-ролевые игры** - применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Медицинская помощь», «Культура поведения» и др.

Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала.

## IV.1. Календарно - тематическое планирование в 5 классе

№ п/п	Тема урока	Дата план	Дата факт
<b>Личная гигиена</b>			
1.	Вводное занятие. Что изучает предмет ОСЖ. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.	4 сентября 2023	
2.	Личная гигиена, ее значение для жизни и здоровья человека. Правила личной гигиены в течение дня.	11 сентября 2023	
3.	Входной мониторинг. Предметы и средства личной гигиены. Практическая работа. Выполнение утреннего туалета.	18 сентября 2023	
4.	Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей. Практическая работа. Стирка личных вещей.	25 сентября 2023	
5.	Уход за волосами. Практическая работа. Причесывание волос.	2 октября 2023	
6.	Гигиена зрения, правила бережного отношения к зрению. Практическая работа. Разучивание комплекса упражнений для разминки мышц глаз.	9 октября 2023	
<b>Одежда и обувь</b>			
7.	Виды одежды и головных уборов по назначению. Правила и способы повседневного ухода за одеждой.	16 октября 2023	
8.	Виды обуви, их назначение. Повседневный уход за обувью. Практическая работа. Чистка обуви.	23 октября 2023	
<b>Питание</b>			
9.	Значение продуктов питания в жизни и деятельности человека. Режим питания школьника, его влияние на здоровье.	13 ноября 2023	
10.	Место приготовления пищи и его оборудование. Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы на кухне.	20 ноября 2023	
11.	Кухонная и столовая посуда, приборы, приспособления - назначение. Правила и приемы ухода за кухонной и столовой посудой.	27 ноября 2023	
12.	Практическая работа. Чистка и мытье	4 декабря 2023	

	кухонной и столовой посуды.		
13.	чпосуда, приборы - назначение. Правила и приемы ухода за чайной посудой.	11 декабря 2023	
14.	Приготовление пищи, не требующей тепловой обработки. Бутерброды, их виды и правила приготовления.	18 декабря 2023	
15.	Практическая работа. Приготовление горячих бутербродов.	25 декабря 2023	
16.	Приготовление блюд из яиц. Практическая работа. Отваривание яиц.	15 января 2024	
17.	Блюда из овощей. Практическая работа. Приготовление винегрета.	22 января 2024	
<b>Семья</b>			
18.	Состав семьи обучающихся, взаимоотношения в семье. Сюжетно-ролевая игра: «Моя семья».	29 января 2024	
<b>Торговля</b>			
19.	Основные виды магазинов. Их назначение. Правила поведения в магазине.	5 февраля 2024	
20.	Порядок покупки товара в продовольственном магазине. Сюжетно-ролевая игра: «Я-покупатель».	12 февраля 2024	
21.	Хранение продуктов питания, значение срока годности. Пр.р. Определение срока годности товара.	19 февраля 2024	
22.	Экскурсия в продуктовый магазин.	26 февраля 2024	
<b>Культура поведения</b>			
23.	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя. Практикум. Отработка навыков правильной осанки.	4 марта 2024	
<b>Транспорт</b>			
24.	Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат (маршрут, вид транспорта).	11 марта 2024	
25.	Правила поведения в пассажирском транспорте и на улице. Сюжетно-ролевая игра: «Оплата проезда в маршрутном такси».	18 марта 2024	
<b>Жилище</b>			
26.	Виды жилых помещений в городе и селе. Виды помещений в жилых домах (варианты жилых и подсобных помещений).	1 апреля 2024	

27.	Гигиенические требования к жилому помещению. Инвентарь и приспособления для уборки жилых помещений.	8 апреля 2024	
28.	Правила вытирания пыли, подметания и мытья полов. Практическая работа. Уборка класса.	15 апреля 2024	
29.	Почтовый адрес дома и школы. Пр.р. Заполнение почтового адреса.	22 апреля 2024	
<b>Культура поведения</b>			
30.	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим. Сюжетно-ролевая игра «Разговор ...».	27 апреля 2024	
31.	Формы обращения с просьбой, вопросом к сверстникам. Сюжетно-ролевая игра «Разговор ...».	29 апреля 2024	
32.	Обобщение пройденного материала по разделу: «Личная гигиена», «Жилище», «Питание», «Культура поведения».	4 мая 2024	
33	Контрольное тестирование по разделу: «Личная гигиена», «Жилище», «Питание», «Культура поведения».	13 мая 2024	
34.	Правила и знаки дорожного движения. ИКИ «По дороге со Смешариками».	20 мая 2024	
<b>Итого: 34ч.</b>			

#### IV.2. Календарно - тематическое планирование в 6 классе

№ п/п	Тема урока	Дата план	Дата факт
<b>Одежда и обувь</b>			
1	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.	4 сентября 2023	
2.	Входной мониторинг. Практическая работа. Пришивание пуговиц.	11 сентября 2023	
3.	Правила и приёмы ручной стирки изделий из хлопчатобумажных тканей.	18 сентября 2023	
4.	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей.	25 сентября 2023	
5.	Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.	2 октября 2023	
6.	Практическая работа. Глажение фартуков, косынок.	9 октября 2023	
<b>Личная гигиена</b>			
7.	Значение закаливания организма для здоровья человека.	16 октября 2023	
8.	Способы закаливания, правила и приемы выполнения воздушных и водных процедур.	23 октября 2023	
9.	Правила и приемы ухода за кожей рук.	13 ноября 2023	
10.	Практическая работа. Уход за кожей рук.	20 ноября 2023	
11.	Правила и приемы ухода за ногами.	27 ноября 2023	
12.	Пр. р. Стрижка ногтей на ногах.	4 декабря 2023	
<b>Транспорт</b>			
13.	Пригородные поезда. Расписание, направления, зоны.	11 декабря 2023	
14.	Способы приобретения билетов.	18 декабря 2023	
15.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	25 декабря 2023	
16.	Виртуальная экскурсия на ж/д станцию.	15 января 2024	
<b>Семья</b>			
17.	Состав семьи. Место работы каждого члена семьи, занимаемая должность.	22 января 2024	
18.	Права и обязанности каждого члена семьи.	29 января 2024	
19.	Практическая работа. Запись сведений о членах семьи.	5 февраля 2024	
20.	Пр.р. Зарисовка родового древа.	12 февраля 2024	
<b>Учреждения и организации</b>			
21.	Школьные учреждения, их назначение.	19 февраля 2024	

22.	Дом культуры, его назначение для жителей.	26 февраля 2024	
23.	Экскурсия Дом культуры ст. Александрийской.	4 марта 2024	
24.	Экскурсия Дом культуры ст. Александрийской.	11 марта 2024	
<b>Средства связи</b>			
25.	Почта. Виды почтовых отправлений.	18 марта 2024	
26.	Виды писем. Порядок отправления письма различного вида.	1 апреля 2024	
27.	Практическая работа. Написание почтового адреса на конверте.	8 апреля 2024	
28.	Телеграф. Виды телеграмм и телеграфных услуг. Тарифы.	15 апреля 2024	
29.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	22 апреля 2024	
30.	Виртуальная экскурсия на почту-телеграф.	27 апреля 2024	
<b>Медицинская помощь</b>			
31.	Виды медицинских учреждений: поликлиника, больница, диспансер, аптека, их назначение в оказании медицинской помощи.	29 апреля 2024	
32.	Работники медицинских учреждений: врачи, медицинские сёстры, лаборанты, младший медицинский персонал, регистраторы, фармацевты и др.	4 мая 2024	
33.	Виды врачебной помощи: помощь на дому, «скорая помощь», амбулаторный приём, госпитализация.	13 мая 2024	
34.	Контрольное тестирование по разделу: «медицинская помощь», «Средства связи», «учреждения и организации» <b>ИТОГО: 34 ч.</b>	20 мая 2024	

### IV.3. Календарно - тематическое планирование в 7 классе

№ п/п	Тема	Дата план	Дата факт
<b>Личная гигиена</b>			
1.	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.	4 сентября 2023	
2.	Входной мониторинг Особенности личной гигиены в жизни подростка.	6 сентября 2023	
3.	Правила и приемы сохранения чистоты и здоровья тела.	11 сентября 2023	
4.	Особенности ухода за кожей лица, волосами.	13 сентября 2023	
5.	Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные.	18 сентября 2023	
6.	Практическая работа. Подбор мыла, шампуня для мытья кожи и волос с учетом их состояния.	20 сентября 2023	
7.	Средства борьбы с перхотью и выпадением волос.	25 сентября 2023	
<b>Одежда и обувь</b>			
8.	Значение продления срока служения одежды. Виды штопок, наложение заплат.	27 сентября 2023	
9.	Практическая работа. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат.	2 октября 2023	
10.	Использование бытовой техники при стирке белья из хлопчатобумажных тканей.	4 октября 2023	
11.	Практическая работа. Стирка изделий из х/б тканей с помощью стиральной машины.	9 октября 2023	
12.	Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды.	11 октября 2023	
13.	Практическая работа. Глажение брюк.	16 октября 2023	
14.	Прачечная. Виды услуг, правила пользования прачечной.	18 октября 2023	
15.	Экскурсия в школьную прачечную.	23 октября 2023	
<b>Семья</b>			
16.	Помощь родителям и воспитателям: в уходе за младшими детьми – одевание, обувание, причесывание.	25 октября 2023	
17.	Практическая работа. Оказание помощи первокласснику в одевании, обувании на прогулку.	8 ноября 2023	
18.	Помощь родителям и воспитателям: в соблюдении чистоты и порядка в школе-	13 ноября 2023	



	интернате и дома.		
19.	Практическая работа. Оказание помощи первоклассникам в уборке класса.	15 ноября 2023	
20.	Практическая работа. Разучивание тихих и подвижных игр для младших школьников.	20 ноября 2023	
21.	Практическая работа. Проведение игр с младшими школьниками.	22 ноября 2023	
<b>Питание</b>			
22.	Виды питания. Пищевая ценность продуктов.	27 ноября 2023	
23.	Значение первых, вторых, третьих блюд и их приготовление.	29 ноября 2023	
24.	Практическая работа. Приготовление щей из свежей капусты.	4 декабря 2023	
25.	Практическая работа. Приготовление щей из свежей капусты.	6 декабря 2023	
26.	Практическая работа. Чтение рецептов приготовления киселя, компота.	11 декабря 2023	
27.	Практическая работа. Приготовления киселя из замороженных ягод.	13 декабря 2023	
28.	Использование механических и электробытовых приборов при приготовлении пищи.	18 декабря 2023	
29.	Правила безопасной работы с режущими инструментами, приспособлениями, электроприборами.	20 декабря 2023	
30.	Этикет. Сервировка стола к обеду.	25 декабря 2023	
31.	Практическая работа. Сервировка стола к обеду.	27 декабря 2023	
<b>Культура поведения</b>			
32.	Правила приема приглашения в гости и формы отказа.	10 января 2024	
33.	Сюжетно-ролевая игра: « Меня пригласили в гости».	15 января 2024	
34.	Подготовка к поездке в гости: внешний вид (одежда, обувь, украшения, прическа), подарки.	17 января 2024	
35.	Практическая работа. Изготовление несложных сувениров.	22 января 2024	
36.	Правила вручения подарка.	24 января 2024	
37.	Сюжетно ролевая игра: «В гостях...».	29 января 2024	
<b>Транспорт</b>			
38.	Междугородний железнодорожный транспорт.	31 января 2024	
39.	Вокзалы. Их назначение и основные службы.	5 февраля 2024	
40.	Справочная служба вокзалов. Расписание	7 февраля 2024	

	поездов.		
41.	Виды пассажирских вагонов. Формы приобретения железнодорожных билетов.	12 февраля 2024	
42.	Виртуальная экскурсия на железнодорожный вокзал.	14 февраля 2024	
43.	Виртуальная экскурсия на железнодорожный вокзал.	19 февраля 2024	
<b>Торговля</b>			
44.	Универмаги и универсамы, их назначение.	21 февраля 2024	
45.	Отделы магазинов. Стоимость некоторых товаров.	26 февраля 2024	
46.	Экскурсия в универсам – самостоятельное нахождение указанного отдела.	28 февраля 2024	
47.	Экскурсия в универсам – порядок приобретения (выбор товара, оплата в кассе, получение чека, сдачи).	4 марта 2024	
<b>Учреждения и организации</b>			
48.	Повторение. Культура поведения в общественных местах.	6 марта 2024	
49.	Экскурсия на швейную фабрику для ознакомления с деятельностью фабрики и основными профессиями.	11 марта 2024	
50.	Экскурсия на мебельную фабрику для ознакомления с деятельностью фабрики и основными профессиями.	13 марта 2024	
<b>Жилище</b>			
51.	Регулярная и сезонная уборка жилого помещения.	18 марта 2024	
52.	Подготовка квартиры и дома к весне, лету.	20 марта 2024	
53.	Уход за полом в зависимости от покрытия (лак, мастика, масляная краска, линолеум, ковер), средства ухода за полом.	1 апреля 2024	
54.	Практическая работа. Мытье полов с использованием химических моющих средств.	3 апреля 2024	
<b>Средства связи</b>			
55.	Почта. Виды бандеролей (простая, заказная, ценная, с уведомлением).	8 апреля 2024	
56.	Упаковка. Стоимость пересылки.	10 апреля 2024	
57.	Посылки. Виды упаковок. Правила отправления. Стоимость отправления.	15 апреля 2024	
58.	Практическая работа. Упаковка посылки.	17 апреля 2024	
59.	Экскурсия на почту. Ознакомление с приемкой посылок.	22 апреля 2024	
60.	Экскурсия на почту.	24 апреля 2024	

	Практическая работа. Составление описи содержимого посылки.		
<b>Медицинская помощь</b>			
61.	Виды доврачебной помощи: измерение температуры, обработка ран при микротравмах.	29 апреля 2024	
62.	Практическая работа. Измерение температуры, обработка раны при незначительном порезе.	6 мая 2024	
63.	Домашняя аптечка. Состав домашней аптечки.	8 мая 2024	
64.	Практическая работа. Упаковка домашней аптечки.	13 мая 2024	
65.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	15 мая 2024	
66.	Промышленные и сельскохозяйственные предприятия данной местности, их значение для жителей города и села.	20 мая 2024	
67.	Повторение раздела: «медицинская помощь», «средства связи», «Учреждения и организации», «жилище»	22 мая 2024	
68.	Контрольное тестирование	24 мая 2024	
<b>Итого: 68 часов</b>			

#### IV.4. Календарно - тематическое планирование в 8 классе

№ п/п	Тема урока	Дата план	Дата факт
<b>Личная гигиена</b>			
1.	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.	4 сентября 2023	
2.	Значение косметики, дезинфицирующих средств, для юноши и девушки.	6 сентября 2023	
3.	Практическая работа. Выбор косметических и дезинфицирующих средств.	11 сентября 2023	
4.	Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием дезинфицирующих средств.	13 сентября 2023	
5.	Практическая работа. Протирание кожи лица огуречным лосьоном.	18 сентября 2023	
6.	Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	20 сентября 2023	
7.	Пагубное влияние табака на здоровье человека.	25 сентября 2023	
<b>Культура поведения</b>			
8.	Культура общения юноши и девушки.	27 сентября 2023	
9.	Сюжетно-ролевая игра «Первое свидание», «Знакомство».	2 октября 2023	
10.	Внешний вид молодых людей.	4 октября 2023	
11.	Виды галстуков и способы их завязывания.	9 октября 2023	
<b>Питание</b>			
12.	Меню. Составление меню на день, неделю.	11 октября 2023	
13.	Способы приготовления изделий из теста.	16 октября 2023	
14.	Практическая работа. Приготовление песочного печенья.	18 октября 2023	
15.	Практическая работа. Приготовление песочного печенья.	23 октября 2023	
16.	Пр.р. Выпечка блинов.	25 октября 2023	
17.	Пр.р. Выпечка блинов.	8 ноября 2023	
18.	Заготовка продуктов впрок. Замораживание зелени.	13 ноября 2023	
19.	Практическая работа. Нарезка зелени для заморозки.	15 ноября 2023	
<b>Семья</b>			
20.	Грудной ребенок в семье.	20 ноября 2023	

21.	Правила ухода за грудным ребенком.	22 ноября 2023	
22.	Правила содержания в чистоте детской посуды, постели, игрушек.	27 ноября 2023	
23.	Практическая работа. Упражнения в купании, одевании и пеленании грудного ребенка.	29 ноября 2023	
<b>Жилище</b>			
24.	Уборка кухни, санузла и ванной комнаты.	4 декабря 2023	
25.	Химические моющие средства, используемые при уборке. Техника безопасности при работе.	6 декабря 2023	
26.	Практическая работа. Чистка раковины на кухне.	11 декабря 2023	
27.	Практическая работа. Мытье кафельных стен и пола на кухне.	13 декабря 2023	
<b>Одежда и обувь</b>			
28.	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей.	18 декабря 2023	
29.	Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	20 декабря 2023	
30.	Правила и приемы глажения блузок, рубашек.	25 декабря 2023	
31.	Практическая работа. Глажение рубашек.	27 декабря 2023	
32.	Виртуальная экскурсия в химчистку.	10 января 2024	
33.	Моделирование ситуации Подготовка вещей к сдаче в химчистку	15 января 2024	
<b>Средства связи</b>			
34.	Телефон. Виды телефонной связи.	17 января 2023	
35.	Правила пользования телефонным справочником.	22 января 2024	
36.	Вызов экстренных аварийных служб. Правила ведения разговора.	24 января 2024	
37.	Сюжетно-ролевая игра: «Вызов экстренной помощи» .	29 января 2024	
38.	Междугородняя телефонная связь.	31 января 2024	
39.	Виды заказов междугороднего телефонного разговора.	5 февраля 2024	
40.	Виртуальная экскурсия на переговорный пункт. Ознакомление с видами услуг.	7 февраля 2024	
41.	Виртуальная экскурсия на переговорный пункт. Уточнение тарифов на телефонные разговоры.	12 февраля 2024	
<b>Транспорт</b>			
42.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	14 февраля 2024	
43.	Основные автобусные маршруты. Расписание движения.	19 февраля 2024	
44.	Виртуальная экскурсия на автовокзал. Ознакомление с	21 февраля 2024	

	графиком движения автотранспорта.		
45.	Виртуальная экскурсия на автовокзал. Ознакомление с работой служб автовокзала.	26 февраля 2024	
<b>Торговля</b>			
46.	Специализированные магазины. Правила поведения в магазине.	28 февраля 2024	
47.	Виды товара, отделы. Вежливое обращение к продавцу-консультанту.	4 марта 2024	
48.	Экскурсия в магазин «Бытовая техника». Ознакомление с видом товаров.	6 марта 2024	
49.	Экскурсия в магазин «Бытовая техника». Ознакомление с видом товаров.	11 марта 2024	
<b>Медицинская помощь</b>			
50.	Первая помощь при несчастных случаях ( утопление).	13 марта 2024	
51.	Сюжетно-ролевая игра: «Оказание первой помощи спасенного из водоема».	18 марта 2024	
52.	Солнечный и тепловой удар. Первая помощь.	20 марта 2024	
53.	Сюжетно-ролевая игра: « Оказание первой помощи при солнечном ударе».	1 апреля 2024	
<b>Учреждения, организации и предприятия</b>			
54.	Департамент, муниципалитет, их назначение.	3 апреля 2024	
55.	Префектура, полиция, их назначение.	8 апреля 2024	
<b>Экономика домашнего хозяйства</b>			
56.	Бюджет семьи. Источники доходов.	10 апреля 2024	
57.	Практическая работа. Определение суммы доходов семьи за месяц.	15 апреля 2024	
58.	Основные статьи расходов. Обязательные платежи.	17 апреля 2024	
59.	Практическая работа. Снятие показателей электросчетчика.	22 апреля 2024	
60.	Практическая работа. Расчет стоимости израсходованной электроэнергии.	24 апреля 2024	
61.	Расходы на приобретение крупных, дорогостоящих покупок.	29 апреля 2024	
62.	Практическая работа. Планирование крупных, дорогостоящих покупок.	6 мая 2024	
64.	Незапланированные расходы – повышение уровня культуры: покупка книг, посещение кинотеатра и т.д.	8 мая 2024	
65.	Сбережения. Значение и способы экономии расходов.	13 мая 2024	
66.	Назначение сбережений. Виды хранения сбережений.	15 мая 2024	
67.	Виртуальная экскурсия в сбербанк.	20 мая 2024	
68.	Итоговое тестирование	22 мая 2024	
<b>Итого: 68 ч.</b>			

#### IV.5. Календарно - тематическое планирование в 9 классе

№ п / п	Тема урока	Дата план	Дата факт
<b>Одежда и обувь</b>			
1.	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в кабинете ОСЖ.	4 сентября 2023	
2.	Способы определения собственного размера одежды и обуви.	6 сентября 2023	
3.	Входной мониторинг	11 сентября 2023	
4.	Практическая работа. Определение собственного размера обуви и одежды.	13 сентября 2023	
5.	Виртуальная экскурсия в специализированный магазин «Одежда», «Обувь».	18 сентября 2023	
6.	Правила и способы выведения мелких пятен на одежде.	20 сентября 2023	
7.	Использование подручных средств выведения различных пятен на одежде.	25 сентября 2023	
<b>Питание</b>			
8.	Диетическое питание, его виды.	27 сентября 2023	
9.	Составление меню диетического питания.	2 октября 2023	
10.	Пр.р. Приготовление диетического блюда.	4 октября 2023	
11.	Пр.р. Приготовление диетического блюда.	9 октября 2023	
12.	Национальные блюда, их виды.	11 октября 2023	
13.	Пр.р. Подбор, чтение и запись рецептов национальных блюд.	16 октября 2023	
14.	Практическая работа. Приготовление вареников с картофелем.	18 октября 2023	
15.	Практическая работа. Приготовление вареников с картофелем.	23 октября 2023	
16.	Меню и сервировка праздничного стола.	25 октября 2023	
17.	Практическая работа. Составление меню и сервировка праздничного стола.	8 ноября 2023	
<b>Семья</b>			
18.	Российская семья. Основы семейных отношений.	13 ноября 2023	
19.	Условия создания семьи.	15 ноября 2023	
20.	Распределение обязанностей по ведению хозяйства и семейного бюджета.	20 ноября 2023	
21.	Семейные традиции. Формы организации досуга и отдыха в семье.	22 ноября 2023	
<b>Культура поведения</b>			
22.	Соседи. Приём гостей и правила хорошего тона при	27 ноября 2023	

	общении.		
23.	Сюжетно-ролевая игра: « Мои соседи».	29 ноября 2023	
<b>Жилище</b>			
24.	Рациональная расстановка мебели в квартире. Интерьер.	4 декабря 2023	
25.	Характерные особенности жилища. Понятие о композиции в интерьере.	6 декабря 2023	
26.	Практическая работа. Рациональная расстановка мебели (макет).	11 декабря 2023	
27.	Сохранение жилищного фонда. Косметический ремонт жилья.	13 декабря 2023	
<b>Транспорт</b>			
28.	Назначение авиатранспорта. Аэропорт.	18 декабря 2023	
29.	Авиамаршруты. Порядок приобретения билетов. Примерная стоимость перелёта.	20 декабря 2023	
30.	Правила поведения в аэропорту. Правила посадки в самолет.	25 декабря 2023	
31.	Правила безопасности во время полета самолетом. Сюжетно-ролевая игра: « Я - пассажир авиатранспорта»	27 декабря 2023	
<b>Средства связи</b>			
32.	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные, через Интернет).	10 января 2024	
33.	Практическая работа. Заполнение бланка почтового денежного перевода.	15 января 2024	
34.	Виды связи: сотовая связь, автоответчик, факс, интернет.	17 января 2024	
35.	Правила безопасного пользования интернетом.	22 января 2024	
36.	Экскурсия на почту. Беседа с работниками почты о денежных переводах.	24 января 2024	
37.	Экскурсия в администрацию поселка Способы оплаты карты сотовой связи.	29 января 2024	
<b>Торговля</b>			
38.	Рынок. Виды рынков: продуктовые, вещевые, крытые, открытые, оптовые, мелкооптовые и др.	31 января 2024	
39.	Отличие рынка от магазина: право покупателя предлагать снизить цену. Сюжетно-ролевая игра: «На рынке ....».	5 февраля 2024	
<b>Медицинская помощь</b>			
40.	Инфекционные заболевания.	7 февраля 2024	
41.	Меры по предупреждению инфекционных	12 февраля 2024	



	заболеваний.		
42.	Уход за больным.	14 февраля 2024	
43.	Сюжетно-ролевая игра: «Больной в доме».	19 февраля 2024	
44.	Практическая работа. Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций.	21 февраля 2024	
45.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность. Справка и листок нетрудоспособности.	26 февраля 2024	
<b>Учреждения, организации и предприятия</b>			
46.	Предприятие бытового обслуживания.	28 февраля 2024	
47.	Виртуальная экскурсия на предприятие бытового обслуживания с целью ознакомления с видами деятельности.	4 марта 2024	
<b>Профориентация и трудоустройство</b>			
48.	Назначение учреждений и отделов по трудоустройству населения.	6 марта 2024	
49.	Основные виды работ и профессий, запрещенных для несовершеннолетних.	11 марта 2024	
50.	Экскурсия в Центр занятости	13 марта 2024	
51.	Экскурсия в Центр занятости	18 марта 2024	
52.	Документы, необходимые для поступления на работу.	20 марта 2024	
53.	Правила составления деловых бумаг.	1 апреля 2024	
54.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: заявление.	3 апреля 2024	
55.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: автобиография.	8 апреля 2024	
56.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: расписка.	10 апреля 2024	
57.	Практическая работа. Составление деловых бумаг: докладная записка.	15 апреля 2024	
58.	Ситуация выбора после окончания 9 класса.	17 апреля 2024	
59.	Рольная игра: «Я подаю документы ...».	22 апреля 2024	
60.	Обобщение пройденного материала по разделу: «Профориентация и трудоустройство».	24 апреля 2024	
61.	Контрольное тестирование по разделу: «Профориентация и трудоустройство».	29 апреля 2024	
62.	Онлайн-Экскурсия в профессиональные учебные заведения Красноярского края.	6 мая 2024	
63.	Онлайн Экскурсия в профессиональные учебные заведения Красноярского края.	8 мая 2024	
64.	Повторение раздела: «Культура поведения».	13 мая 2024	
65.	Повторение раздела: «Личная гигиена».	15 мая 2024	

66.	Личная гигиена Я - выбираю здоровый образ жизни!	20 мая 2024	
67.	Правила безопасного поведения во время летнего отдыха.	22 мая 2024	
68.	Контрольное тестирование	24 мая 2024	
<b>Итого: 68 ч.</b>			