

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №7»

«Утверждаю»
Директор МАОУ «СОШ№7»
/Милова С.В./
Приказ №386 от 30.08.2023г.

Адаптированная рабочая программа
на основе образовательной программы основного общего
образования для обучающихся с легкой
умственной отсталостью
по «Основам социальной жизни»
2023-2024 учебный год.

Учитель: НаумоваТ.В.

I. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" для 8 класса разработана на основе:

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП;
 - программы формирования базовых учебных действий;
- с учетом:

Изучение учебного предмета направлено на достижение основных целей:

- развитие личности обучающихся в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.
- повышение уровня общего развития обучающихся и их всесторонняя подготовка к самостоятельной жизни.

II. Общая характеристика учебного предмета

Рабочая программа по учебному предмету "Основы социальной жизни" составлена с учетом возможностей учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Структура программы представлена следующими разделами:

- Личная гигиена.
- Одежда.
- Питание.
- Семья.
- Культура поведения.
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Средства связи.
- Медицинская помощь.
- Учреждения, организации и предприятия.
- Экономика домашнего хозяйства.

Учебный предмет "Основы социальной жизни" предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах, такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется последующих классах.

На уроках "Основы социальной жизни" используются следующие методы:

- словесные: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником и книгой;
- наглядные: наблюдение, демонстрация, просмотр;
- практические: карточки, тесты.

Основными формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций.

Методы и формы позволяют корректировать познавательную деятельность: наблюдательности, воображения, внимания, памяти и устной речи. Способствует развитию самостоятельности учащихся при выполнении заданий, постепенно подготавливает их труду и самостоятельной жизни.

На занятиях по "Основам социальной жизни" следует уделять внимание развитию устной и письменной речи, практическому применению знаний и навыков, полученных на уроках "Русского языка". На всех этапах занятия в связи с изученным материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умение детей правильно построить фразу, диалог, обосновать вывод.

III. Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет "Основы социальной жизни" представлен в обязательной части учебного плана, общий объем учебного времени в 8 классе составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

IV. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личная гигиена	
<p>Называть виды косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими.</p> <p>Выбирать косметические средства в зависимости цели.</p> <p>Пользоваться косметическими средствами.</p>	<p>Выбирать косметические средства в зависимости цели, состояния кожи, времени года.</p> <p>Правильно пользоваться косметическими средствами.</p>
Одежда	
<p>Рассказывать о правилах стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических</p>	<p>Стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей.</p>

<p>тканей. Рассказывать о правилах пользования прачечной, виды оказываемых ими услуг.</p>	<p>Утюжить блузки, рубашки, платья. Рассказывать о правилах пользования прачечной, виды оказываемых ими услуг. Объяснять правила подготовки вещей к сдаче в стирку, правила пришивания меток, правила пользования прачечной самообслуживания. Заполнять бланки для сдачи белья в прачечную.</p>
Питание	
<p>Называть изделия из теста. способы приготовления. Перечислять способы заготовки продуктов впрок. Составлять меню завтрака, обеда и ужина под руководством педагога.</p>	<p>Готовить изделия из различных видов теста, оформлять эти изделия. Солить овощи, варить варенье. Самостоятельно составлять меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.</p>
Семья	
<p>Называть правила и периодичность ухода за грудным ребенком.</p>	<p>Владеть навыками ухода за грудным ребенком.</p>
Культура поведения	
<p>Рассказывать правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Подбирать одежду, прическу, косметические средства, украшения, учитывая свой возраст, индивидуальные способности. а так же характер предстоящего мероприятия под руководством педагога.</p>	<p>Объяснять правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Подбирать одежду, прическу, учитывая свой возраст, индивидуальные способности. а так же характер предстоящего мероприятия. Выбирать косметические средства, украшения.</p>
Жилище	
<p>Совершать уборку санузла, кухни под руководством взрослого. Называть моющие средства, используемые при уборке кухни. санузла. Мыть кафельные стены, чистить раковины. Читать печатные инструкции к моющим средствам. используемым при уборке.</p>	<p>Соблюдать правила и периодичность уборки кухни и санузла. Подбирать и применять моющие средства, используемые при уборке кухни. санузла. Соблюдать санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Мыть кафельные стены, чистить раковины. Пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам. используемым при уборке.</p>
Транспорт	
<p>Называть основные автобусные маршруты и маршруты водного транспорта. Пользоваться расписанием под руководством взрослого. Покупать билет.</p>	<p>Определять основные междугородние автобусные маршруты и маршруты водного транспорта. Пользоваться расписанием. Определять стоимость проезда, покупать билет, обращаться за справкой.</p>
Торговля	
<p>Называть специализированные магазины. Называть ассортимент товаров в различных специализированных магазинах, стоимость основных продовольственных и промышленных товаров. Выбирать покупку. Подсчитывать стоимость покупок.</p>	<p>Охарактеризовать назначение специализированных магазинов. Дифференцировать ассортимент товаров в специализированных магазинах, стоимость основных продовольственных и промышленных товаров. Выбирать покупку с учетом различных условий.</p>

Культурно вести себя в магазине.	Подсчитывать стоимость покупок. Культурно вести себя в магазине.
Средства связи	
Пользоваться номерами срочного вызова (полиция, пожарная охрана, аварийная служба). Культурно разговаривать по телефону.	Пользоваться сотовой связью, стационарным городским телефоном. Вызывать экстренные службы (полиция, пожарная охрана, аварийная служба). Объяснять причину звонка по телефону срочного вызова. Пользоваться телефонным справочником. Получать по телефону справки, уточнять время. Культурно разговаривать по телефону.
Медицинская помощь	
Применять элементарные правила оказания первой помощи при несчастных случаях. Рассказывать о правилах оказания первой помощи утопающему. Называть виды глистных заболеваний и меры по их предупреждению.	Применять правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях. Классифицировать виды глистных заболеваний и меры их предупреждения. Оказывать первую помощь при ожогах, обморожении. Оказывать первую помощь утопающему.
Учреждения, организации и предприятия	
Называть организации управления города.	Называть и понимать функции организаций управления города. знать адреса.
Экономика домашнего хозяйства	
Называть основные статьи расходов в семье. Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи под руководством педагога. Снимать показатели счетчиков, подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии под руководством педагога.	Называть основные статьи расходов в семье. Учитывать расходы: размер квартплаты, тарифы на электричество, порядок и периодичность оплаты жилплощади и коммунальных услуг. Подсчитывать расходы. Планировать расходы на день, на две недели с учетом бюджета семьи. Снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии. Планировать крупные покупки.

V. Содержание учебного предмета

1. Личная гигиена - 4 ч.
Уход за кожей лица. Типы кожи и правила ухода за кожей лица. Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими. Протираание кожи лица лосьоном, нанесение крема. Пр. р.
2. Питание - 16 ч.
Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Правила техники безопасности при приготовлении пищи. Соление огурцов. Запись рецепта. Соление огурцов. Пр. р. Квашение капусты. Запись рецепта. Квашение капусты. Пр. р. Варка варенья из фруктов. Запись рецепта. Варка варенья из фруктов. Пр. р. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день. Упражнение в составлении меню. Пр. р. Приготовление блинов. Запись рецепта. Приготовление блинов. Пр. р. Приготовление печенья. Запись рецепта. Приготовление печенья. Пр. р. Приготовление вафель. Запись рецепта. Приготовление вафель. Пр. р.
3. Одежда - 6 ч.

<p>Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условия. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р. Утюжка блузок, рубашек, платьев. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р. Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Прачечная самообслуживания. Экскурсия в прачечную.</p>
<p>4. Семья - 6 ч.</p>
<p>Уход за грудным ребенком. Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки. Правила и периодичность купания ребенка. Упражнение в купании. Пр. р. Правила и последовательность одевания и пеленания ребенка. Одевание и пеленание куклы. Пр. р.</p>
<p>5. Культура поведения - 4 ч.</p>
<p>Культура общения девушки и юноши. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома. Внешний вид молодых людей. Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия. Пр. р.</p>
<p>6. Жилище- 6 ч.</p>
<p>Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Пр. р. Уборка кухни. Правила и периодичность уборки кухни. Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами. Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Мытье кафельных стен, чистка раковин. Пр. р.</p>
<p>7. Экономика домашнего хозяйства - 8 ч.</p>
<p>Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности). Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Пр. р. Расходы на питание. Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Пр. р. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции. Пр.р. Крупные покупки (одежда, мебель, обувь). Упражнение в планировании крупных покупок. Пр. р.</p>
<p>8. Медицинская помощь - 6 ч.</p>
<p>Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах). Упражнение в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении. Первая помощь утопающему. Оказание первой помощи утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения. Экскурсия в поликлинику.</p>
<p>9. Учреждения, организации и предприятия - 2 ч.</p>
<p>Департамент, муниципалитет, префектура, полиции. Их значение. Экскурсия в администрацию Куйбышевского района г. Новокузнецка.</p>
<p>10. Транспорт - 4 ч.</p>
<p>Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда. Водный транспорт. Порядок приобретения. Стоимость проезда. Экскурсия на автовокзал.</p>
<p>11. Торговля - 4 ч.</p>
<p>Специализированные магазины. Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах. Стоимость основных промышленных товаров. Экскурсия в специализированный магазин.</p>
<p>12. Средства связи - 2 ч.</p>
<p>Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону. Вызов экстренных служб. Пр.р.</p>

VI. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Виды учебной деятельности обучающихся
1.	Личная гигиена	4	<p>Определяют типы кожи и правила ухода за кожей лица.</p> <p>Рассказывают о видах косметических средств для ухода за кожей лица и правила пользования ими.</p> <p>Перечисляют косметические средства в зависимости от цели, состояния кожи, времени года.</p> <p>Объясняют правила пользования косметическими средствами.</p>
2.	Одежда	6	<p>Характеризуют правила стирки изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.</p> <p>Рассказывают о правилах и последовательности утюжки изделий.</p> <p>Объясняют правила пользования прачечной.</p> <p>Определяют виды услуг прачечной.</p> <p>Называют правила подготовки вещей к сдаче в стирку, правила пришивания меток.</p>
3.	Питание	16	<p>Называют способы и последовательность приготовления изделий из теста.</p> <p>Перечисляют способы заготовки овощей и фруктов в прок.</p> <p>Различают способы и последовательность соления и квашения овощей.</p> <p>Рассказывают о способах варки варенья из фруктов и ягод.</p> <p>Составляют меню завтрака, обеда и ужина, учитывая наличие продуктов и правила рационального питания.</p>
4.	Семья	6	<p>Называют правила ухода за грудным ребенком.</p> <p>Знакомятся с правилами и периодичностью кормления ребенка из соски и с ложки.</p> <p>Рассказывают о правилах и периодичности купания ребенка.</p> <p>Определяют санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.</p>
5.	Культура поведения	4	<p>Называют правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.</p> <p>Перечисляют требования к внешнему виду молодых людей.</p> <p>Определяют косметические средства, украшения для подчеркивания индивидуальности.</p> <p>Объясняют правила подборки прически, одежды,</p>

			учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, а так же характер предстоящего мероприятия.
6.	Жилище	6	<p>Рассказывают о правилах и периодичности уборки кухни и санузла.</p> <p>Различают моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла.</p> <p>Объясняют санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.</p> <p>Используют печатные инструкции к моющим средствам при уборке кухни и санузла.</p>
7.	Транспорт	4	<p>Знакомятся с междугородним автотранспортом и водным транспортом.</p> <p>Называют основные автобусные маршруты и маршруты водного транспорта.</p> <p>Используют расписания междугороднего и водного транспорта.</p> <p>Рассказывают о порядке приобретения билетов, стоимости проезда.</p>
8.	Торговля	4	<p>Знакомятся с специализированными магазинами, их назначением и стоимостью основных промышленных товаров.</p> <p>Различают ассортимент товаров в различных специализированных магазинах.</p> <p>Определяют покупки с учетом различных целей.</p> <p>Объясняют правила поведения в магазине.</p>
9.	Средства связи	2	<p>Называют виды телефонной связи.</p> <p>Рассказывают о правилах пользования телефонным справочником.</p> <p>Называют номера телефонов срочного вызова.</p> <p>Объясняют причину звонка по телефону срочного вызова.</p> <p>Составляют диалог, культурно разговаривают по телефону.</p>
10.	Медицинская помощь	6	<p>Рассказывают о правилах и приемах оказания первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Знакомятся с правилами оказания первой помощи утопающему.</p> <p>Называют виды глистных заболеваний и меры их предупреждения.</p>
11.	Учреждения, организации и предприятия	2	Знакомятся с организациями управления города, района, их адресами и функциями.
12.	Экономика домашнего хозяйства	8	<p>Перечисляют основные статьи расходов в семье.</p> <p>Рассказывают о планировании расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи.</p> <p>Определяют расходы на питание.</p> <p>Называют ежемесячные статьи расходов за жилищно-коммунальные услуги.</p> <p>Объясняют правила снятия показаний счетчиков и подсчет стоимости израсходованных ресурсов.</p>

		Планируют крупные покупки.
Всего 68 ч.		

VII. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у обучающихся используют специально оборудованный кабинет, который соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и противопожарным нормам.

В кабинете четко определены и специально оборудованы зоны. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать обучающимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученный опыт.

Использование разнообразных средств обучения в их сочетании позволяет сформировать правильные представления об изучаемых объектах – их размерах, форме, цвете; о значении явлений и событий жизни человека.

Дидактические материалы
<p>Дидактический материал по раздела курса:</p> <p>"Личная гигиена"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тематический словарь в картинках " Гигиена и здоровье". 2. Тематический словарь в картинках " Я и мое тело". <p>"Одежда"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дидактическая игра "Прачечная". 2. Дидактическая игра "Большая стирка". 3. Дидактическая игра "Постирай одежду". 4. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника". <p>"Питание"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тематический словарь в картинках "Посуда. Продукты питания". 2. Тематический словарь в картинках "Электричество и электробытовая техника". 3. Тематический словарь в картинках "Мебель, оборудование, интерьер кухни". 4. Дидактическая игра "Готовим и едим". <p>"Семья"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тематический словарь в картинках "Мой дом. Моя семья". 2. Настольно-развлекательная игра-лото "Семья". 3. Дидактическая игра "Моя семья". 4. Дидактическая игра "Наш малыш". <p>"Культура поведения"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наглядно- дидактическое пособие "Уроки этикета". 2. Наглядно- дидактическое материал "Этикет. Школа изящных манер". 3. Демонстрационный материал "Уроки вежливости". 4. Развивающая игра-лото "Лото вежливости". <p>"Жилище"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тематический словарь в картинках "Город, улица, дом. Квартира, мебель". 2. Наглядно-дидактическое пособие "Наш дом". 3. Игра- лото "Моя квартира". 4. Дидактическая игра "Жилище". "Транспорт" <ol style="list-style-type: none"> 1. Тематический словарь в картинках "Транспорт". 2. Наглядно-дидактическое пособие "Виды транспорта". 3. Развивающее лото "Транспорт".

4. Дидактическая игра "Угадай транспорт".
5. Дидактическая игра "Четвертый лишний".
6. Дидактическая игра "Назови одним словом".
7. Дидактическая игра "Найди водный транспорт".

"Торговля"

1. Тематический словарь в картинках "Какие бывают магазины".
2. Дидактическая игра "Магазин".
3. Дидактическая игра "Продуктовый магазин".
4. Лото "Мы ходили в магазин".
5. Развивающее лото "Где что продается?"

"Средства связи"

1. Тематический словарь в картинках "Аудиотехника, видеотехника, оргтехника и средства связи".

"Медицинская помощь"

1. Тематический словарь в картинках "Я и моя безопасность".
2. Тематический словарь в картинках "Я и мое тело".
3. Демонстрационный материал "Если малыш поранился".
4. Дидактическая игра "Если малыш поранился".

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Дидактическая игра "Семейный бюджет: расходы и доходы".
2. Дидактическая игра "Бюджет семьи".
3. Дидактическая игра "Что важнее?".

Печатные пособия

"Личная гигиена"

1. Уход за кожей лица.
2. Типы кожи.
3. Косметические средства.

"Одежда"

1. Стирка одежды.
3. Условные обозначения по уходу за изделиями.
4. Устройство утюга.
5. Правила безопасной работы с утюгом.
6. Последовательность утюжки.
7. Прачечная.

"Питание"

1. Санитарно-гигиенические правила.
2. Гигиена питания.
3. Оборудование кухни и требования к ее содержанию.
4. Требования к обработке и хранению продуктов.
5. Посуда.
6. Правила пользования столовыми приборами.
8. Правила работы с ножом и приспособлениями.
9. Фрукты.
10. Овощи.
11. Первичная обработка овощей.
12. Консервирование.
13. Сладкие блюда.

"Семья"

1. Семья.
2. Правила ухода за новорожденным.

"Культура поведения"

1. Культура общения.

"Жилище"

1. Гигиена жилища.

2. Инвентарь для уборки.

3. Дезинфицирующие и моющие средства.

"Экономика домашнего хозяйства"

1. Бюджет семьи.

"Медицинская помощь"

1. Первая помощь пострадавшим при несчастном случае.

2. Первая помощь при утоплении.

3. Профилактика глистных заболеваний у детей.

"Транспорт"

1. Пассажирский транспорт.

2. Водный транспорт.

Торговля"

1. Виды магазинов.

"Средства связи"

1. Средства связи.

2. Правила пользования телефонным справочником.

Интернет-ресурсы

Компьютерные презентации по разделу курса:

"Личная гигиена"

1. Уход за кожей лица.

2. Уход за различными видами кожи.

3. Косметические средства.

"Одежда"

1. Стирка в домашних условиях.

2. Утюжка одежды.

3. Прачечная. Виды услуг, правила пользования.

"Питание"

1. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности в процессе приготовления пищи.

2. Засолка огурцов.

3. Квашение капусты.

4. Варка варенья из фруктов.

5. Составление меню на один день.

6. Приготовление блинов.

7. Приготовление печенья.

8. Приготовление вафель.

"Семья"

1. Уход за грудным ребенком.

2. Вскармливание детей первого года жизни.

3. Купание малыша.

4. Упражнение в одевании, купании, пеленании куклы.

"Культура поведения"

1. Культура общения юноши и девушки.

2. Правила поведения юноши и девушки при знакомстве.

3. Внешний вид молодых людей.

4. Подбор прически.

5. Подбор гардероба.

"Жилище"

1. Санитария и гигиена приготовления пищи.

2. Правила и периодичность уборки кухни.
3. Мытье ванны, раковины и унитаза.
4. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванны и санузла.

"Транспорт"

1. Междугородний автотранспорт.
2. Порядок приобретения и возврата билета.
3. Водный транспорт.

" Торговля"

1. Виды специализированных магазинов.
2. Ассортимент товаров.
3. Товар и его стоимость.

" Средства связи"

1. Основные виды телефонной связи. Культура разговора по телефону.

" Медицинская помощь"

1. Оказание первой помощи при несчастных случаях.
2. Первая помощь при утоплении.
3. Меры предупреждения глистных заболеваний.

" Экономика домашнего хозяйства"

1. Бюджет семьи. основные источники доходов и расходов.
2. Рациональное планирование расходов.
3. Расходы на питание.
4. Оплата жилья, коммунальные услуги.
5. Крупные покупки.

" Учреждения, организации и предприятия"

1. Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их назначение.

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата по плану	Дата по факту
	I четверть- 18 ч.		
	Личная гигиена – 4 ч.		
1	Уход за кожей лица.		
2	Типы кожи и правила ухода за кожей лица.		
3	Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими.		
4	Протирание кожи лица лосьоном, нанесение крема. Пр. р.		
	Питание – 10 ч.		
5	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.		
6	Правила техники безопасности при приготовлении пищи.		
7	Соление огурцов. Запись рецепта.		
8	Соление огурцов. Пр. р.		
9	Квашение капусты. Запись рецепта.		
10	Квашение капусты. Пр. р.		
11	Варка варенья из фруктов. Запись рецепта.		
12	Варка варенья из фруктов. Пр. р.		
13	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.		
14	Упражнение в составлении меню. Пр. р.		
	Одежда – 4 ч.		
15	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условия.		
16	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р.		
17	Утюжка блузок, рубашек, платьев.		
18	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р.		
	II четверть- 14 ч.		
	Одежда – 2 ч.		
19	Прачечная. Правила пользования. Виды услуг. Прачечная самообслуживания.		
20	Экскурсия в прачечную.		
	Семья – 6 ч.		
21	Уход за грудным ребенком.		
22	Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки.		
23	Правила и периодичность купания ребенка.		
24	Упражнение в купании. Пр. р.		
25	Правила и последовательность одевания и пеленания ребенка.		
26	Одевание и пеленание куклы. Пр. р.		
	Культура поведения – 4 ч.		
27	Культура общения девушки и юноши.		
28	Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.		
29	Внешний вид молодых людей.		
30	Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия. Пр. р.		
	Жилище – 2 ч.		
31	Санитарно-гигиенические требования и правила техники		

	безопасности при уборке кухни и санузла.		
32	Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Пр. р.		
	III четверть- 20 ч.		
	Жилище – 4 ч.		
33	Уборка кухни. Правила и периодичность уборки кухни.		
34	Уборка санузла, уход за ванной, унитазом, раковинами.		
35	Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.		
36	Мытье кафельных стен, чистка раковин. Пр. р.		
	Экономика домашнего хозяйства – 8 ч.		
37	Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности).		
38	Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Пр. р.		
39	Расходы на питание.		
40	Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Пр. р.		
41	Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг.		
42	Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции. Пр.р.		
43	Крупные покупки (одежда, мебель, обувь).		
44	Упражнение в планировании крупных покупок. Пр. р.		
	Медицинская помощь – 6 ч.		
45	Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обмороживании, отравлении, тепловом и солнечном ударах).		
46	Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении.		
47	Первая помощь утопающему.		
48	Упражнения в оказании первой помощи утопающему.		
49	Глистные заболевания и меры их предупреждения.		
50	Экскурсия в поликлинику.		
	Учреждения и организации- 2 ч.		
51	Департамент, муниципалитет, префектура, полиции. Их значение.		
52	Экскурсия в администрацию Куйбышевского района г. Новокузнецка.		
	IV четверть- 16 ч.		
	Транспорт- 4 ч.		
53	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов.		
54	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.		
55	Водный транспорт. Порядок приобретения билета. Стоимость проезда.		
56	Экскурсия на автовокзал.		
	Торговля- 4 ч.		
57	Специализированные магазины.		
58	Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах.		
59	Стоимость основных промышленных товаров.		
60	Экскурсия в специализированный магазин.		

	Средства связи- 2 ч.		
61	Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону.		
62	Вызов экстренных служб. Пр.р.		
	Питание – 6 ч.		
63	Приготовление блинов. Запись рецепта.		
64	Приготовление блинов. Пр. р.		
65	Приготовление печенья. Запись рецепта.		
66	Приготовление печенья. Пр. р.		
67	Приготовление вафель. Запись рецепта.		
68	Приготовление вафель. Пр. р.		

VIII. Контрольно –измерительные материалы.

Цель тестирования – контроль знаний обучающихся

Задача тестирования: определить уровень овладения обучающимися учебной программой

Работа рассчитана на 45 минут

Количество тестовых заданий –30

За каждый правильный ответ 1 б.

Система оценивания.

За каждый правильный ответ -1балл.

Максимальное количество баллов -30.

0-12 баллов - оценка «2» 13-19 баллов- оценка «3»

20-26 баллов - оценка «4»

27-30 балла - оценка «5»

Итоговое тестирование

1. Определи тип кожи

Кожа чистая, гладкая, содержит достаточно влаги и жира

- а) Сухая
- б) Нормальная
- в) Жирная
- г) Кожа блестит, часто бывает бледной

2. Отметь правильный ответ.

Что нужно сделать перед стиркой?

- а) Рассортировать белье
- б) Аккуратно сложить белье
- в) Приготовить порошок

3. Отметь правильный ответ.

При какой температуре можно стирать изделия из шерстяных и синтетических тканей

- а) 90 С
- б)40 С
- в)60 С

4. Отметь правильные ответы.

Какое белье нужно стирать отдельно?

- а) Белое и цветное
- б) Блузки (рубашки) и носки
- в) Простыню и наволочку

5. Отметь правильный ответ.

- а) В какое тесто добавляют дрожжи:
- б) Дрожжевое
- в) Бездрожжевое

6. Отметь правильный ответ.

Процесс специальной заготовки продуктов впрок

- а) Консервирование
- б) Приготовление ужина
- в) Составление меню

7. Отметь правильный ответ.

Как называется список блюд, приготовленных к завтраку, обеду или ужину?

- а) Рецепт
- б) Блюдо
- в) Меню

8. Отметь правильный ответ.

Как называются рекомендации по приготовлению блюда?

- а) Кулинария
- б) Меню
- в) Рецепт
- г) Питание

9. Отметь правильные ответы.

При знакомстве мы говорим:

- а) Извините, пожалуйста
- б) Позвольте представить
- в) Будьте добры
- г) Как вас зовут?
- д) Я рад познакомиться

10. Отметь правильный ответ.

Проводить уборку кухни нужно

- а) До приготовления пищи
- б) Во время приготовления пищи
- в) После приготовления пищи

11. Отметь правильный ответ.

Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам?

- а) Это интересно
- б) Чтобы правильно выбрать
- в) Использовать моющее средство

12. Отметь правильный ответ.

Ванну нужно мыть

- а) Каждый день
- б) После каждого использования
- в) Один раз в неделю
- г) Один раз в месяц

13. Отметь правильные ответы.

Междугородный пассажирский автотранспорт, это

- а) Троллейбус
- б) Пассажирский поезд
- в) Автобус

14. Отметь правильный ответ.

К какому виду транспорта относят катер, лодку, теплоход, сухогруз?

- а) Воздушный
- б) Водный
- в) Автомобильный

15. Установи последовательность покупки товара в магазине.

- ___ положи чек на хранение
- ___ рассмотри товар на витрине, обрати внимание на стоимость товара
- ___ заплати за товар в кассу
- ___ вежливо обратись к продавцу с просьбой показать товар
- ___ заранее подумай, что бы ты хотел купить в магазине
- ___ возьми чек, проверь по нему сдачу
- ___ обратись к продавцу с просьбой рассказать о качествах товара

16. Отметь правильные ответы.

Что можно купить в специализированном магазине «Галантерея»?

- а) Галстук
- б) Сапоги
- в) Перчатки
- г) Посуду
- д) Ткань
- е) Сумку
- ж) Носки

17. Отметь правильные ответы.

Что можно купить в специализированном магазине «Мебель»?

- а) Стол
- б) Телевизор

- в) Швейную машину
- г) Шкаф
- д) Стул
- е) Диван
- ж) Компьютер
- з) Табурет

18. Отметь правильный ответ.

По какому номеру вызывают пожарную команду?

- а) 01
- б) 02
- в) 03
- г) 04

19. Укажите буквами последовательность междугороднего звонка, если

- а) Код г. Нижнего Новгорода (831)
 - б) Номер телефона абонента (28474)
 - в) Выход на межгород (8)
-

20. Отметь правильный ответ.

Как называется повреждение тканей организма в результате действия низкой температуры?

- а) Ожог б) Отравление в) Обморожение

21. Отметь правильные ответы.

Какую первую помощь нужно оказать при ожоге?

- а) Растереть снегом
- б) Доставить пострадавшего в больницу
- в) Обрезать одежду в месте раны
- г) Наложить стерильную повязку
- д) Согреть человека (теплое помещение, горячее питье)

22. Отметь правильный ответ.

Как называется воздействие на организм прямого солнечного излучения?

- а) Ожог б) Отравление в) Солнечный удар

23. Отметь правильные ответы.

Какую первую помощь нужно оказать при солнечном или тепловом ударе?

- а) Поместить пострадавшего в
- б) Прохладное место, тень
- в) Дать горячее питье
- г) Снять одежду
- д) Уложить, приподняв голову
- е) Наложить стерильную повязку
- ж) Приложить полотенце, смоченное водой
- з) Дать прохладное питье

24. Отметь правильный ответ.

Как называются предупредительные мероприятия, направленные на сохранение и укрепление нормального состояния человека?

- а) Предупреждение б) Повреждения в) Профилактика

25. Укажи последовательность оказания первой помощи, спасенному из водоема.

- переверни на спину, сделай искусственное дыхание
- очисти рот, нос от песка, ила
- вызови скорую помощь
- положи пострадавшего лицом вниз так, чтобы голова и грудь свисали вниз
- согреть пострадавшего

26. Отметь правильные ответы.

Назови способы заражения человека глистными заболеваниями.

- а) Длительные прогулки на свежем воздухе
- б) Грязные руки
- в) Пользование чужими принадлежностями гигиены
- г) Немытые продукты
- д) Непроваренная пища

27. Отметь правильные ответы.

Назови источники дохода семьи.

- а) Заработная плата
- б) Помощь родственникам
- в) Оплата жилья
- г) Стипендия

28. Отметь правильные ответы.

План доходов и расходов семьи, это

- а) Пенсия б) Расход в) Бюджет г) Доход

29. Отметь правильный ответ.

Как называется сбор за неуплату коммунальных услуг в установленный срок?

- а) Штраф
- б) Пеня
- в) Страховка

30. Отметь правильный ответ.

Как называется бережливость при расходовании чего-нибудь?

- а) Бюджет
- б) Экономия
- в) Расход
- г) Доход