



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа №17
Невского района Санкт-Петербурга**

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1

тел./факс 417-55-60 тел. 417-55-58

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете

Протокол № 1

от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ школа №17

_____/С.В. Сандеева

Приказ № 77-ш от 01.09.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Предметная область «Человек и общество»

Вид программы: Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

7 класса

Разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1

Составила: Бигуненко О.В.

Санкт-Петербург

2023

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» для обучающихся 7а класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализует требования в предметной области «Человек и общество» Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы №17 Невского района Санкт-Петербурга и другими Локальными актами школы № 17.

Реализация учебной программы обеспечивается УМК, утвержденным ежегодным приказом по образовательному учреждению №17 и списком учебников, допущенных и рекомендованных к использованию Минпросвещения России в образовательном процессе.

Цель курса: практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи курса:

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;

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

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Направление внеурочной деятельности	Название курса внеурочной деятельности	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Человек и общество	Основы социальной жизни	68	2

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

2. Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 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 и развивающемся 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 этических 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:

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

Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

3.Содержание учебного курса

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

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

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

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

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

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

Охрана здоровья. Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

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

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

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

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов "скорой" или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

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

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

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

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

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

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

Кухонная мебель: названия, назначение.

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

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

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

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

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

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

Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.

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

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

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

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

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви, хранение чека или его копии.

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

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

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

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

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

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

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

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

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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

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

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

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

Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности,

профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки, правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

Раздел программы	Кол-во часов	Контрольная работа
1. Личная гигиена и здоровье.	8	-
2. Охрана здоровья.	8	1
3. Жилище.	8	-
4. Одежда и обувь.	8	1
5. Питание.	14	-
6. Семья.	8	1
7. Средства связи.	4	-
8. Предприятия, организации, учреждения.	6	-
9. Транспорт.	4	1
Итого за год:	68	4

4. Учебно-методическое, материально-техническое и информационное обеспечение образовательного процесса

Средства ИКТ:

- Компьютер – на рабочем месте учителя;
- Колонки;
- Мультимедийный проектор;

- Интерактивная доска;
- Принтер.

Цифровые образовательные ресурсы:

- Цифровые образовательные ресурсы;
- Электронные хрестоматии и энциклопедии;
- Перечень поисковых систем;
- Коллекция цифровых образовательных ресурсов;
- Перечень Интернет-сайтов;
- Интерактивные наглядные пособия.
- Экранно-звуковые средства:
- Аудиозаписи в соответствии с программой обучения;
- CD-диски с фильмами и мультфильмами, соответствующими тематике учебных курсов;
- Слайды (мультимедийные презентации), соответствующие тематике учебных курсов)

Учебно-практическое оборудование:

- Таблицы предметного содержания в соответствии с программой обучения;
- Плакаты по основным темам;
- Карточки предметного содержания;
- Бытовые приборы;
- Посуда;
- Муляжи изучаемых объектов;
- Предметы быта.

Календарно-тематическое планирование по основам социальной жизни

№ п/п	Дата план.	Дата корр.	Кол-во часов, отведенных на тему	Тип урока	Тема урока	Содержание видов учебной деятельности	Вид контроля
ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА И ЗДОРОВЬЕ - 8ч.							
1.			1	Урок общеметодологической направленности.	Здоровый образ жизни (ЗОЖ).	Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Распорядок дня. Правильное питание. Занятия спортом. Словарная работа: Рациональное питание, полноценный отдых, холодное закаливание.	Эмоциональный контроль с целью создания позитивных эмоций.
2			1	Урок общеметодологической направленности.	Личная гигиена. Творческая работа «Распорядок дня для мальчика Миши».	Повторение понятия «личная гигиена». Ее значение для здоровья и жизни человека. Соблюдение правил и приемов выполнения утреннего и вечернего	Творческая работа. Составление графика «Распорядок дня для мальчика Миши».

						туалета. Сохранение здоровья человека Словарная работа: гигиена.	
3				Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за кожей лица.	Типы кожи: нормальная, жирная, сухая, комбинированная. Уход за кожей в зависимости от типа кожи. Словарная работа: косметолог.	Текущий опрос, ответы на вопросы.
4			1	Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за кожей лица. Практическая работа: «Вечерний уход за кожей лица».	Личная гигиена: уход за кожей лица. Практическая работа: «Вечерний уход за кожей лица». Составление плана.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
5			1	Урок открытия нового знания.	Личная гигиена: уход за волосами.	Уход за волосами: Пользование шампунем в соответствии с типом волос: жирные, сухие, нормальные волосы. Сушка волос.	Текущий опрос, ответы на вопросы.

						Уход за кожей головы при перхоти. Словарная работа: шампунь, кондиционер, бальзам, фен, массажная щетка	
6			1	Урок открытия нового знания.	Бытовые приборы по уходу за волосами.	Бытовые приборы по уходу за волосами: фен, щипцы для завивки, утюжок для волос. Правила и ТБ при использовании.	Текущий опрос, ответы на вопросы.
7			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение пройденного материала по теме «Личная гигиена и здоровье». Тестирование.	Письменная проверочная работа.
8			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Личная гигиена и здоровье».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ – 8ч.

9			1	Урок общеметодологической направленности.	Первая помощь при порезах, ссадинах, ушибах.	Оказание первой помощи при порезах, ссадинах, ушибах. Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
10			1	Урок общеметодологической направленности.	Первая помощь при вывихах и переломах костей.	Телефон экстренной помощи 112. Оказание первой помощи при вывихах и переломах костей. Накладывание шины. Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
11			1	Урок общеметодологической направленности.	Доврачебная помощь при ранениях. Виды врачебной помощи на дому.	Телефон экстренной помощи 112. Правила обработки ран, накладывание повязки. Санитарные требования при оказании первой медицинской помощи.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

12			1	Урок общеметодологической направленности.	Лекарственные растения. Отвары, настои, настойки, чай.	Виды лекарственных растений. Отвары, настои, настойки, чай. Самолечение и его негативные последствия.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
13			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение материала по пройденной теме «Охрана здоровья».	Письменная проверочная работа.
14			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Охрана здоровья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
15			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа	Повторение материала по пройденной темам «Личная гигиена и здоровье» и «Охрана здоровья».	Контрольная работа.
16			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Охрана здоровья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

ЖИЛИЩЕ – 8ч.

17			1	Урок открытия нового знания.	Уборка квартиры. Санитарная обработка помещений.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Профилактическая и текущая дезинфекция. Механические и биологические методы обработки Словарная работа: дезинфекция, инфекционное заболевание, дератизация.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
18			1	Урок открытия нового знания.	Чистка и мытье оконных стекол и зеркал.	Виды моющих средств для стекол. Правила и ТБ использования чистящих и моющих средств. Очищение стекол и зеркал народными средствами. Словарная работа: комфорт, средства бытовой химии, абразив.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
19			1	Урок открытия нового знания.	Пылесос. Чистильщик, мойщик.	Правила и ТБ при пользовании пылесосом.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						Виды насадок для уборки.	
20			1	Урок открытия нового знания.	Уход за мебелью.	Уход за полированной или лакированной мебелью. Чистка мягкой мебели. Средства по уходу за мебелью.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
21			1	Урок общеметодологической направленности.	Классификация видов уборки.	Повторение видов уборки. Влажная и сухая. Ежедневная, еженедельная и генеральная.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
22			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: Составление графика еженедельной уборки.	Повторение видов уборки. Практическая работа: Составление графика еженедельной уборки.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
23			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение материала по пройденной теме «Жилище». Тестирование.	Письменная проверочная работа.
24			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение материала по пройденной теме «Жилище».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
ОДЕЖДА И ОБУВЬ -8ч.							

25			1	Урок открытия нового знания.	Ремонт одежды. Штопка, наложение заплат.	ТБ при работе с иглой, ножницами, утюгом. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Декоративная штопка и заплаты. Словарная работа: ремонт одежды, пуговицы, наперсток, ножницы, электрический утюг, розетка, шнур.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
26			1	Урок рефлексии.	Стирка и отбеливание изделий из разных видов ткани. Прачечная.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка и отбеливание. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
27			1	Урок открытия нового знания.	Глажение изделий из разных видов ткани. Отпаривание.	Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						для глажения: виды утюгов, отпаривателей. правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек.	
28			1	Урок открытия нового знания.	Прачечная самообслуживания.	Понятие стирки и химчистки. Прачечная самообслуживания. Проигрывание сдачи белья в прачечную для стирки.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
29			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение.	Повторение материала по пройденной темам «Жилище» и «Одежда и обувь».	Письменная проверочная работа.
30			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Письменная контрольная работа.

31			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение материала по пройденной темам «Жилище» и «Одежда и обувь».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
32			1	Урок рефлексии.	Отпариватель.	Отпариватель. Виды отпаривателей. Принцип действия.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
ПИТАНИЕ -14ч.							
33			1	Повторение и обобщение.	Значений продуктов питания для здоровья человека. Гигиена приготовления пищи. Кухонная посуда, приборы, приспособления и их назначение.	Повторение значение питания в жизни и деятельности людей. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей. Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
34			1	Повторение и обобщение.	Виды питания: рациональное,	Виды питания: рациональное, диетическое.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.

					диетическое. Виды диет. Пищевая ценность продуктов.	Виды диет. Польза и вред диет. Что такое пищевая ценность продуктов.	
35			1	Урок открытия нового знания.	Пищевая ценность продуктов. Белки, жиры, углеводы.	Пищевая ценность продуктов. Значение белков, жиров, углеводов для организма. Рациональный баланс белков, жиров, углеводов в готовом блюде. Словарная работа: Калорийность, жиры, белки, углеводы.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
36			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: составление таблицы КЖБУ продуктов.	Практическая работа: составление таблицы КЖБУ продуктов.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
37			1	Урок открытия нового знания.	Рыбные блюда. Разделка рыбы.	Ценность рыбы. Признаки недоброкачественной рыбы. Правила разделки рыбы. Блюда из рыбы.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

						Правила и сроки хранения рыбы и рыбных блюд. Словарная работа: температура, морозильная камера.	
38			1	Урок рефлексии.	Практическая работа. Салат с консервированной рыбы.	Правила выбора рыбных консервов. Правила работы горячими с жидкостями и продуктами. Приготовление салата с консервированной рыбы. Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
39			1	Урок открытия нового знания.	Мясные блюда. Признаки несвежего мяса.	Ценность мяса. Признаки недоброкачественной мяса. Правила разделки мяса. Блюда из мяса. Правила и сроки хранения мяса и мясных блюд.	Фронтальный опрос. Ответы на вопросы.
40			1	Урок рефлексии.	Сервировка стола к обеду.	Сервировка стола к обеду. Варианты украшения стола. Складывания салфеток.	Контроль за действиями учащихся.

						Правила поведения за столом.	Взаимопомощь и взаимопроверка.
41			1	Урок открытия нового знания.	Супы. Пассировка овощей. Общие правила заправочных супов.	Супы на мясном и рыбном бульоне. Вегетарианские супы. Словарная работа: бульон, пассировка, вегетарианец.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
42			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: приготовление овощного супа.	Правила работы горячими с жидкостями и продуктами. Приготовление овощного супа из замороженных овощей. Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
43			1	Урок открытия нового знания.	Сладкие блюда.	Компоты, желе, суфле, яблоки в тесте, мороженное. Правила работы горячими с жидкостями и продуктами.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
44			1	Урок рефлексии.	Практическая работа: приготовление желе из ягод.	Правила работы горячими с жидкостями и продуктами. Приготовление желе из ягод. Подача готового блюда.	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

45			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Питание».	Письменная проверочная работа.
46			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Питание».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
СЕМЬЯ -8ч.							
47			1	Урок открытия нового знания.	Семейный бюджет (ФГ). Источники дохода.	Понятие о бюджете: бюджет семьи, источники дохода и расхода семьи. Использование карманных денег.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
48			1	Урок открытия нового знания.	Распределение бюджета по статьям расходов.	Статьи расхода семейного бюджета. Распределение бюджета по статьям расходов. Обязательные статьи расхода.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
49			1	Урок открытия нового знания.	Паспорт. Получение паспорта.	Документы, удостоверяющие личность – свидетельство о рождении, паспорт. Последовательность	Текущий опрос. Ответы на вопросы. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						действий при получении документов Заполнение документов для получения паспорта.	Решение ситуационных задач.
50			1	Урок рефлексии.	Ролевая игра «Я получаю паспорт».	Ролевая игра «Я получаю паспорт» в МФЦ.	Взаимопомощь и взаимопроверка. Решение ситуационных задач.
51			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Семья». Тестирование.	Письменная проверочная работа.
52			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «Семья».	Взаимопомощь и взаимопроверка. Решение ситуационных задач.
53			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа.		Контрольная работа.
54			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в контрольной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по темам «Питание» и «Семья».	Текущий опрос. Ответы на вопросы.

Средства связи -4ч.							
55			1	Урок открытия нового знания.	Почта. Мобильное приложение. Получение посылок. Доставка посылок на дом.	Мобильное приложение «Почта России». Функции приложения: Вызов курьера, отправление и получение посылок, отслеживание заказов и отправлений.	Текущий опрос. Ответы на вопросы.
56			1	Урок рефлексии.	Получение он-лайн заказов.	Получение он-лайн заказов с маркетплейс (Ozon, Wildberries).	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.
57			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	Повторение и закрепление изученной темы «Средства связи». Тестирование.	Тестирование.
58			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление изученной темы «Средства связи».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
ПРЕДПРИЯТИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ, УЧРЕЖДЕНИЯ -6ч.							
59			1	Урок открытия нового знания .	Классификация производственных	Классификация предприятий по выпуску продукции. Профессии на	Текущий опрос. ответы на вопросы.

					предприятий. Профессии.	производственных предприятиях.	
60				Урок открытия нового знания .	Торговые предприятия. Профессии.	Классификация торговых предприятий. Профессии в торговых предприятиях.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
61			1	Урок открытия нового знания .	Универсальные сетевые магазины. Интернет магазины, маркетплейсы.	Универсальные сетевые магазины шаговой доступности: Пятерочка, Дикси, Магнит. Интернет магазины. Отличие интернет магазинов и маркетплейсов. Ассортимент товаров в сетевых магазинах и маркетплейсов.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
62			1	Урок открытия нового знания .	Размещение заказов в интернет магазинах и маркетплексах. Он-лайн оплата заказа.	Последовательность размещение заказа в интернет магазинах и маркетплексах. Он-лайн оплата заказа. Доставка и возврат товара.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

63			1	Урок развивающего контроля.	Повторение и обобщение. Тестирование.	и Повторение и закрепление пройденного материала по теме «предприятия, организации, учреждения». Тестирование.	Тестирование.
64			1	Урок развивающего контроля.	Разбор ошибок в проверочной работе.	Повторение и закрепление пройденного материала по теме «предприятия, организации, учреждения».	Текущий опрос. ответы на вопросы.
ТРАНСПОРТ-4ч.							
65			1	Урок открытия нового знания	Междугородный железнодорожный транспорт. Железнодорожный вокзал.	Междугородный железнодорожный транспорт. Вокзалы. Их назначение и основные службы. Справочная служба вокзалов. Расписание поездов.	Текущий опрос. ответы на вопросы.
66			1	Урок общеметодологической направленности	Типы вагонов. Приобретение он-лайн билетов.	Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Формы приобретения	Контроль за действиями учащихся. Взаимопомощь и взаимопроверка.

						железнодорожных билетов. Виды хранения багажа. Порядок сдачи и его получения.	
67			1	Урок развивающего контроля.	Контрольная работа		Годовая контрольная работа.
68			1	Урок развивающего контроля.	Подведение итогов по изученному материалу за год.	Подведение итогов по изученному материалу за год.	Текущий опрос. ответы на вопросы.

