

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ НИЖНЕУДИНСКИЙ РАЙОН  
МКОУ «Шумская СОШ»**

РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ Кучер Т.В.  
Протокол № 1  
от «17» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
\_\_\_\_\_ Мухина В.В.  
от «18» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Абдулова Е.С.  
Приказ № 157-од  
от «21» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету **Основы социальной жизни**  
в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой основного  
общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными  
нарушениями) (**Вариант 1**)  
для **5-6 класса**

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

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

Федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО вариант 1 адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей

### Общая характеристика учебного предмета.

Основы социальной жизни, как коррекционный предмет, направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития обучающихся.

#### Актуальность предмета «Основы социальной жизни»

Развитие социально-экономических отношений в современной России требует нового качества образования. Это готовность выпускников школ к успешной интеграции в общество, способность реализоваться в жизни. Данная проблема актуальна для коррекционной школы, а особенно остро она стоит перед учителем основ социальной жизни, который на своих уроках решает задачу всестороннего развития молодого поколения и готовит обучающихся к непосредственному включению в жизнь, в трудовую деятельность в современных экономических условиях.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

#### Формирование академических компетенций:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;
- соблюдение правил поведения в общественных местах;
- соблюдение правил техники безопасности;
- соблюдение правил дорожного движения;
- знание видов и назначения одежды и обуви;
- знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;
- знание и соблюдение правил поведения в магазине;
- знание назначения посуды и столовых приборов;
- умение заваривания чая;
- умение сервировать стола к завтраку.

#### Формирование жизненных компетенций:

- знание и соблюдение правил личной гигиены;
- последовательное выполнение утреннего и вечернего туалета;
- знание правил ухода за одеждой и обувью, осуществление ухода;
- умение подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения;
- знание правил и умение составления рациона питания;
- умение выполнять правила и приемы ухода за посудой;
- соблюдение правил техники безопасности на кухне;
- умение применять чайную посуду;
- умение заваривать чай;
- формирование умений и навыков по приготовлению бутербродов;
- развитие практических умений обработки овощей, приготовления салатов;
- развитие практических умений по нарезке хлеба, овощей;
- формирование навыка по приготовлению завтрака;

умение сервировать стол к завтраку;  
знание видов жилых помещений;  
соблюдение порядка в жилом помещении;  
умение правильно вести себя за столом;  
умение ориентироваться в услугах, оказываемых различными предприятиями и учреждениями: торговли (магазин, рынок, киоск); культуры (библиотека, кинотеатр, музей);  
умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках;  
умение правильно вести себя в учреждениях культуры;  
умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте;  
умение правильно вести себя в общественном транспорте;  
соблюдение правил дорожного движения.

Каждый из разделов, основываясь на академической и жизненной компетенции, полученных на предыдущих этапах обучения, расширяет объем теоретических сведений и сложность практических навыков.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи.

В процессе обучения необходимо дать обучающимся представление о предмете основ социальной жизни, назначении кабинета, правила поведения в кабинете. Эта программа направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье.

После вводного занятия по программе следуют разделы «Личная гигиена», «Одежда и обувь». Изучение этих тем не вызывает трудностей. «Питание» - является одним из наиболее любимых разделов всей программы. Раздел содержит несколько тем разной сложности усвоения. Особое внимание нужно уделять изучению правил техники безопасности. Нарезка бутербродов и овощей для салата требует правильного обращения с кухонным ножом. Также важно соблюдение санитарно-гигиенических правил. При сервировке стола надо обращать внимание не только на последовательность работы, но и на эстетическую сторону.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры; организация труда; экономическое и бережное отношение к продуктам, оборудованию;

Строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии.

Следующие разделы «Культура поведения», «Жилище» - эти темы несложные для изучения, однако определенную трудность представляет выполнение практического задания.

Тематика разделов программы «Транспорт», «Торговля» напрямую связана с местонахождением учебного заведения, дает представление о том, как вести себя в общественном транспорте, о соблюдении правил дорожного движения. Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни.

Большое внимание на занятиях по основам социальной жизни отводится эстетическому воспитанию обучающихся, развитию их фантазии, художественного вкуса.

В коррекционной школе особое внимание обращено на исправление имеющихся у обучающихся специфических нарушений. При обучении основам социальной жизни используются следующие принципы:

принцип коррекционной направленности,  
воспитывающий и развивающий принципы,

принцип доступности обучения,  
принцип систематичности и последовательности,  
принцип наглядности в обучении,  
принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении.

Коммуникативная направленность обучения делает более продуктивным решение коррекционно-развивающих задач, так как предполагает большую работу на проведение практических работ с использованием бригадной формы организации обучающихся.

При работе с обучающимися, имеющими ограниченные возможности здоровья применяются особые коррекционно - развивающие педагогические **технологии**, позволяющие добиваться положительной динамики в обучении и воспитании. Грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий обеспечивает развитие у обучающихся познавательной активности, творческих способностей, школьной мотивации в учебно-воспитательном процессе.

На уроках «Основы социальной жизни» используются следующие **методы** урока:

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.

В зависимости от задач урока и оснащении кабинета могут использоваться разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение обучающимися всех операций под руководством учителя).

На занятиях следует отводить время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д. Ни один даже незначительный случай нарушения правил техники безопасности нельзя оставлять без внимания. Необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Беседа на занятиях по основам социальной жизни, является одним из основных методов обучения и применяется в сочетании с сюжетно-ролевыми играми, различными практическими работами: записями в тетрадь определённых правил, зарисовками, упражнениями и другими видами работ. Продолжительность беседы может быть различной, но она не должна являться единственным методом обучения, используемым на занятии. В зависимости от задач занятия беседа может иметь различное назначение и сопровождаться наглядностью, она может носить информационный характер. В этом случае учитель выясняет имеющиеся у обучающихся знания и представления и сообщает им новые необходимые сведения. В начале занятия проводятся краткие вводные беседы, а в конце занятия для закрепления полученных знаний заключительные беседы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. Сюжетно-ролевые игры в основном рекомендуется проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, обучающиеся применяют усвоенные ими знания и приёмы.

В программе значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на промышленные объекты, в магазины, на предприятия службы быта, в отделение связи, на транспорт, в различные учреждения. Экскурсии в зависимости от их места в учебном процессе могут быть вводные, текущие и итоговые. Вводные экскурсии предшествуют изучению нового материала и имеют целью проведение наблюдений и общее ознакомление с объектами. Итоговые экскурсии организуются при завершении работы над темой.

Типы уроков: урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала); урок закрепления знаний, умений, владений (практический урок); урок

обобщения и систематизации знаний (тестирование); комбинированный урок; нестандартные уроки (экскурсия, урок - ролевая игра и другие).

Задания для обучающихся создаются в соответствии с психофизическими особенностями каждого обучающегося. Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных работ, текущих и итоговых контрольных работ.

Диагностика основных знаний, умений и владений проводится на начало и конец учебного года, данные отражаются в портфолио обучающихся.

Программа по предмету «Основы социальной жизни» для 5 класса составлена таким образом, что уровень сложности материала опирается на ранее полученные сведения обучающимися во время уроков развития речи, чтения, русского языка, природоведения, математики.

### **Логические связи предмета «Основы социальной жизни» с остальными предметами (разделами) учебного плана**

Занятия по основам социальной жизни тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, технологии, естествоведения.

### **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

Программа по ОСЖ является компенсаторно-адаптационной. Она определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОСЖ.

Специальные коррекционные занятия по ОСЖ направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний умений и навыков, способствующих социальной адаптации, повышение уровня общего развития учащихся.

Занятия по ОСЖ проводятся в кабинете, обеспечивающем выполнение всех видов теоретических и практических работ, предусмотренной программой.

**Цель программы** – подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

### **Задачи предмета «Основы социальной жизни»:**

- формирование знаний, умений, навыков сопутствующих социальной адаптации выпускников специальных (коррекционных) учреждений, повышение общего развития учащихся и их всесторонняя подготовка к будущей самостоятельной жизни;
- коррекция недостатков психофизического развития (психических функций и познавательной деятельности);
- развитие коммуникативной функции как непереносимое условие социальной адаптации.

- научить воспитанников правилам ведения домашнего хозяйства;

Учащиеся специальной (коррекционной) школы, страдая умственными и физическими недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта и что особенно актуально, в поэтапном приобщении к осознанной трудовой деятельности

Изучение предмета ОСЖ в школе обеспечивает работу:

- коррекционно – обучающую;
- коррекционно – развивающую;
- коррекционно – воспитательную;
- воспитание положительных качеств личности;
- развитие способностей обучающихся к осознанной регуляции трудовой деятельности (ориентирование в задании, планирование хода работы, контроль за качеством работы).

### **Место предмета в учебном плане:**

В соответствии с учебным планом МКОУ Шумской СОШ на изучение предмета Основы социальной жизни выделяется 1 часа в неделю (34 часа)

**Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**  
**На конец изучения предмета у выпускника будут сформированы личностные результаты:**

- 1). осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2). воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3). сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4). овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5). овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6). владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7). способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8). принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9). сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10). воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11). развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12). сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13). проявление 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;

умение приготовить несложные виды блюд под руководством учителя; представление о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; знание отдельных видов одежды и обуви и некоторых правил ухода за ними; знание правил личной гигиены, умение их выполнять под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; умения совершать покупки различных видов товара под руководством взрослого;

представление о статьях семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

представление о различных видах средств связи;

знание и соблюдение некоторых правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социального назначения и их назначение.

**Достаточный уровень:**

знание о способах хранения и переработки продуктов питания; умение составлять меню из предложенных продуктов питания; умение самостоятельно приготовить

несложные знакомые блюда; умения самостоятельно совершать покупки различных видов товара; умения ежедневного соблюдения правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;

умения соблюдать правила поведения в доме и общественных местах; усвоение морально-этических норм поведения;

навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды ит. п.);

умение обращаться в различные медицинские учреждения, вызывать врача на дом, покупать лекарства и т.д.;

умение пользоваться различными средствами связи, в том числе и Интернет - средствами;

умение пользоваться Порталом Гоуслуги;

знание основных статей семейного бюджета, умение вести его расчет; составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

**Личностными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе их социальной необходимости;

осознание своей национальности;

уважение к культуре и традициям народов России и мира, чувства гордости за свою Родину;

принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения;

определение сильных и слабых сторон своей личности с помощью учителя;

сформированность внутренней позиции обучающегося, принятие и освоение новой социальной роли, развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть слабые и сильные стороны своей личности;

умение устанавливать личностный смысл;

понимания границ того, «что я знаю», и того «что я не знаю» с помощью учителя, ставить самостоятельно цели и добиваться результатов;

умение объяснять свои чувства и ощущения от восприятия объектов, иллюстраций, результатов трудовой деятельности;

уважительное отношение к чужому мнению.

**Предметными** результатами освоения предмета «Основы социальной жизни» являются:

знание и соблюдение правил личной гигиены;

соблюдение и выполнение гигиенических требований к жилому помещению;

соблюдение правил поведения в общественных местах;

соблюдение правил техники безопасности;

соблюдение правил дорожного движения;

знание видов и назначения одежды и обуви;

знание и соблюдение правил ухода за одеждой и обувью;

знание и соблюдение правил поведения в магазине;

знание назначения посуды и столовых приборов;

умение заваривания чая;

сервировка стола к завтраку.

**Регулятивные:**

принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;

адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

**Познавательные:**

дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Коммуникативные:**

вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;

использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

**Тематический план****5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы. Тема урока.</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие	1
2	Личная гигиена	1
3	Торговля	1
4	Учреждения и организации	1
5	Жилище	1
6	Семья и семейные отношения	1
7	Культура поведения	1
8	Рукоделие. Сувениры своими руками	8
9	Медицинская помощь	2
10	Средства связи	2
11	Питание	16
12	Экономика домашнего хозяйства	2
13	Транспорт	2
14	Одежда и обувь	4
15	Обобщающий урок	1
<b>всего</b>		<b>34</b>

**6 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>6 класс</b>
1	Одежда и обувь	3
2	Личная гигиена	3
3	Транспорт	3
4	Семья	2

5	Учреждения и организации	1
6	Средства связи	1
7	Питание	9
8	Жилище	4
9	Торговля	3
10	Медицинская помощь	3
11	Культура поведения	2
12	Портал Госуслуги	1
13	Бюджет	1
	Итого	34

### Содержание учебного курса Введение

#### 1. Основные вопросы

Кабинет основ социальной жизни и его оборудование. Название учебного курса; цель нового учебного предмета, его назначение; инструкции по технике безопасности при нахождении в кабинете, правила обучающихся школы.

#### 2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Работа в тетради.

#### 3. Тематика практических работ

Беседа.

### Личная гигиена

#### 1. Основные вопросы

Последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями. Правила ухода за полостью рта; предметы личной гигиены по уходу за полостью рта; правила ухода за ушами. Правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач. Правила ухода за волосами; периодичность мытья головы; средства для мытья головы.

#### 2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам.

#### 3. Тематика практических работ

Выполнение утреннего туалета: мытье рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причесывание волос. Выполнение вечернего туалета: чистка ушей. Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

### Одежда и обувь

#### 1. Основные вопросы

Виды одежды и головных уборов, их назначение. Правила ухода за одеждой. Виды обуви и их назначение; правила ухода за кожаной обувью. Правила повседневного ухода за обувью из замши, текстиля, шерсти. Правила подготовки обуви к хранению посезонно.

#### 2. Самостоятельная (лабораторная) работа

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

#### 3. Тематика практических работ

Чистка и сушка повседневной одежды, обуви.

## **Питание**

### **1. Основные вопросы**

Посуда и столовые приборы, их назначение. Значение питания в жизни и деятельности людей; правила составления рациона питания. Правила безопасной работы режущими инструментами; место приготовления пищи и его оборудование. Правила сервировки стола с учетом различных меню; чайную посуду. Способы заваривания чая. Виды блюд, не требующих тепловой обработки; виды бутербродов. Значение вторых блюд; использование механических и электробытовых приборов, для сил и времени при приготовлении пищи.

### **2. Самостоятельная (лабораторная) работа**

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Работа с рецептами. Тестирование.

### **3. Тематика практических работ**

Сервировка стола к завтраку. Практическая работа по завариванию чая. Приготовление бутербродов. Приготовление вторых блюд.

## **Жилище**

### **1. Основные вопросы**

Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие; виды отопления в городе и селе; жилой дом, домашние помещения: зал (гостиная), спальня, кухня, ванная, прихожая; их названия, функциональное назначение. Гигиенические требования к жилому помещению; правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки. Гигиенические требования к жилому помещению; инвентарь и виды моющих средств, используемых при уборке.

### **2. Самостоятельная (лабораторная) работа**

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

### **3. Тематика практических работ**

Сухая и влажная уборка помещений.

## **Культура поведения**

### **1. Основные вопросы**

Правила поведения в зрелищных и культурно-просветительских учреждениях. Правила поведения за столом; правила этикета.

### **2. Самостоятельная (лабораторная) работа**

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

### **3. Тематика практических работ**

Правила поведения за столом.

## **Торговля**

### **1. Основные вопросы**

Основные виды магазинов; правила поведения в магазине. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции. Специализированные продуктовые магазины. Правила покупки товаров в продовольственном магазине.

### **2. Самостоятельная (лабораторная) работа**

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

### **3. Тематика практических работ**

Правила поведения в магазине. Оплата покупки.

## **Транспорт**

### **1. Основные вопросы**

Основные виды транспортных средств, имеющих в городе. Стоимость проезда на всех видах городского транспорта (разовый билет, проездной билет, удостоверение); порядок приобретения билетов. Правила поведения в транспорте и на улице. Транспортный и

пешеходный маршрут до школы и обратно. Правила дорожного движения. Правила проезда в транспорте; правила передвижения по улице.

## **2. Самостоятельная (лабораторная) работа**

Заполнение таблиц. Выполнение заданий по карточке. Работа по перфокартам. Тестирование.

## **3. Тематика практических работ**

Составление маршрута от дома до школы. Изготовление знаков дорожного движения, встречающихся на пути к дому, школе.

### **6 класс**

#### **«Личная гигиена»**

Закаливания организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения). Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы). Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний. Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук.

#### **Практическая работа**

Подобрать косметические средства для ухода за кожей рук;

#### **«Одежда и обувь»**

Мелкий ремонт одежды (правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, зашивание распоровшегося шва). Правила и приемы ручной стирки изделий из х/б и шелковых тканей. Глажение фартуков, косынок, салфеток.

#### **Практическая работа**

Пришивание пуговиц, петель, крючков, вешалок на школьную и домашнюю одежду, подшивание брюк, платья, зашивание распоровшегося шва.

#### **«Питание»**

Гигиена приготовления пищи. Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности. Приготовление пищи ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов. Сервировка стола к ужину

#### **Практические работы**

Варка макарон, картофеля, приготовление каши на воде и молоке. Пюре. Оформление готовых блюд.

#### **«Семья»**

Состав семьи учащихся: имя, отчества, возраст, место работы членов семьи, личные взаимоотношения в семье. Права и обязанности каждого члена семьи.

#### **«Культура поведения»**

Правила поведения в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.

#### **«Жилище»**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная сухая и влажная уборка квартиры. Пылесос. Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.

#### **Практические работы**

Сухая и влажная уборка помещения, пользование пылесосом и уход за ним. Мытье полов. Уход за комнатными растениями: полив, опрыскивание, пересадка.

#### **«Транспорт»**

Основные транспортные средства. Пользование городским транспортом. Оплата поезда на всех видах транспорта (разовый, проездной, единый билеты). Наиболее рациональные маршруты передвижения от дома до школы, в разные точки города, района. Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.

**Экскурсия** поездка на автобусе.

### **«Торговля»**

Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.

Виды товаров, их стоимость. Порядок приобретения товара.

**Экскурсия** в специализированный продовольственный магазин

### **«Средства связи»**

Основные средства связи (почта). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы). Виды писем закрытые, открытые, простые, заказные), порядок отправления писем.

### **Практическая работа**

Написание адреса и индекса на конвертах.

**Экскурсия** на почту.

### **«Медицинская помощь»**

Виды медицинской помощи. Виды медицинских учреждений, их значение. Работники медицинских учреждений (врачи, медицинские сестры, младший медицинский персонал, регистраторы, работники аптек). Виды медицинской помощи: доврачебная, «скорая помощь», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация. Вызов «скорой помощи» и врача на дом. Использование различных видов мед. помощи.

**Экскурсия** в аптеку, поликлинику.

### **«Учреждения, организации и предприятия»**

Дошкольные учреждения и их назначения.

**Экскурсия** в ДДТ.