


МКОУ Городокская СОШ № 2 имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева

Заместитель  
Заместитель директора школы по учебной работе  
 Якушева И.Н.

«29» августа 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
(адаптированная)

**Якушевой Ирины Николаевны**  
учителя высшей квалификационной категории  
по предмету **Основы социальной жизни**  
8 класс

с. Городок

2023– 2024 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утвержден приказом МОиН РФ № 1599 от 19 декабря 2014г.); АООП МКОУ Городокской СОШ № 2 имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева (вариант 1);
- Приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Зарегистрировано в Минюсте России 30.12.2022 N 71930);
- АООП МКОУ Городокской СОШ № 2 имени Героя Советского Союза Г.С. Корнева

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.

**Основные задачи**, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

- 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.

### Общая характеристика учебного предмета

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), уровня их знаний и умений 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.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социальнобытовые компетентности:

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
  2. «Охрана здоровья - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.
  3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда.
- Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).

4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).
5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.
6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.
7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет-услугами, телеграфной и т.д.
8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.
9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.

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 в последующих классах.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет Основы социальной жизни входит в предметную область Человек и общество и изучается в 8 классе в количестве 68 часов (2 часа в неделю).

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Личностные результаты** освоения адаптированной должны отражать:

- 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** освоения адаптированной должны отражать:

**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 учителя;
- 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 педагога 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 и т.д.;
- 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 и т. п.);
- 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 учителя с целью обращения в различные организации социального назначения;

## **Базовые учебные действия, которыми получит возможность овладеть обучающийся**

### **Личностные учебные действия:**

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользую социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

### **Коммуникативные учебные действия:**

Коммуникативные учебные действия включают:

- 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.

### **Регулятивные учебные действия:**

Регулятивные учебные действия представлены умениями:

- 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 учебные действия:**

Познавательные учебные действия представлены умениями:

- 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.

## **Содержание учебного предмета**

### **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 и др.): 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 и т.д.), 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 и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

*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, приготавливаемых 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 и др.); 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 и др. Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Приготовление

*Домашние заготовки.* Виды домашних заготовок: варка, сушка, соленье, 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 школу. 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. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

*Денежные переводы.* Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

### **Предприятия, организации, учреждения**

*Образовательные учреждения.* Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

*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 старшим младшим: домашние обязанности.

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

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

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

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

*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.

### Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Тема	Возможные виды деятельности	Дата
<b>Личная гигиена - 4 часа</b>			
1.	Уход за кожей лица.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
2.	Типы кожи и правила ухода за кожей лица.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
3.	Косметические средства для ухода за кожей лица и правила пользования ими.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
4.	Протираание кожи лица лосьоном, нанесение крема. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Питание – 10 часов</b>			
5.	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
6.	Правила техники безопасности при приготовлении пищи.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
7.	Соление огурцов. Запись рецепта.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
8.	Соление огурцов.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
9.	Квашение капусты. Запись рецепта.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
10.	Квашение капусты.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
11.	Варка варенья из фруктов. Запись	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	

	рецепта.	Выполнять задания в рабочих листах.	
12.	Варка варенья из фруктов.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
13.	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
14.	Упражнение в составлении меню.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Одежда – 6 часов</b>			
15.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
16.	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
17.	Утюжка блузок, рубашек, платьев.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
18.	Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
19.	Прачечная. Правила пользования. Виды услуг.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
20.	Прачечная самообслуживания.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Семья – 6 часов</b>			
21.	Уход за грудным ребенком.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
22.	Правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложки.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
23.	Правила и периодичность купания ребенка.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
24.	Упражнение в купании. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
25.	Правила и последовательность одевания и пеленания ребенка.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
26.	Одевание и пеленание куклы. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Культура поведения – 4 часа</b>			
27.	Культура общения девушки и юноши.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	

		Выполнять задания в рабочих листах.	
28.	Правила поведения юноши и девушки при знакомстве, в общественных местах, дома.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
29.	Внешний вид молодых людей.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
30.	Подбор причёски, одежды, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, характер предстоящего мероприятия. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Жилище – 6 часов</b>			
31.	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
32.	Чтение печатных инструкций к моющим средствам, используемых при уборке кухни и санузла. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
33.	Уборка кухни. Правила и периодичность уборки кухни.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
34.	Уборка санузла, уход за ванной, унитазами, раковинами.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
35.	Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
36.	Мытье кафельных стен, чистка раковин.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Экономика домашнего хозяйства – 8 часов</b>			
37.	Основные статьи расходов (питание, содержание жилища, одежда и обувь, культурные потребности).	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
38.	Планирование расходов на день, на две недели с учётом бюджета семьи. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
39.	Расходы на питание.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
40.	Упражнение в планировании расходов на день, две недели. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
41.	Содержание жилища. Оплата жилой	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	

	площади и коммунальных услуг.	Выполнять задания в рабочих листах.	
42.	Снятие показателей счётчика, расчёт стоимости израсходованной электроэнергии, заполнение квитанции. Пр.р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
43.	Крупные покупки (одежда, мебель, обувь).	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
44.	Упражнение в планировании крупных покупок. Пр. р.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Медицинская помощь – 6 часов</b>			
45.	Первая помощь при несчастных случаях (ожогах, обморожении, отравлении, тепловом и солнечном ударах).	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
46.	Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обморожении, утоплении.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
47.	Первая помощь утопающему.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
48.	Упражнения в оказании первой помощи утопающему.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
49.	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
50.	Экскурсия в поликлинику.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Учреждения, организации и предприятия – 2 часа</b>			
51.	Департамент, муниципалитет, префектура, полиции. Их значение.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
52.	Экскурсия в администрацию	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Транспорт – 3 часа</b>			
53.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
54.	Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
55.	Водный транспорт. Порядок приобретения билета. Стоимость	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	

	проезда.		
<b>Торговля- 4 часа</b>			
56.	Специализированные магазины.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	
57.	Ассортимент товаров в различных специализированных магазинах.	Выполнять задания в рабочих листах.	
58.	Стоимость основных промышленных товаров.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	
59.	Экскурсия в магазин.	Слушать собеседника	
<b>Средства связи- 2 часа</b>			
60.	Телефон. Пользование стационарным телефоном. Телефонный справочник. Культура разговора по телефону.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его.	
61.	Вызов экстренных служб. Пр.р.	Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Питание – 4 часа</b>			
62.	Приготовление блинов. Запись рецепта.	Выполнять задания в рабочих листах.	
63.	Приготовление печенья. Запись рецепта.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
64.	Приготовление вафель. Запись рецепта.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
65.	Приготовление шарлотки. Запись рецепта.	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
<b>Итоговое обобщение – 3 часа</b>			
66.	Обобщение тем за год	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
67.	Обобщение тем за год	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	
68.	Обобщение тем за год	Слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его. Выполнять задания в рабочих листах.	

### Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Субчева В.П. Уроки СБО: 8кл. Корр. – М.: Владос.
2. Презентации к урокам
3. Рабочие листы по темам
4. ЦОР: <https://learningapps.org/>
5. Ноутбук, проектор, колонки