

МАОУ «Ишимская школа-интернат»

Рассмотрено:
На заседании ШМО
протокол № 5
от « 28 » 08 2024 г.
Руководитель ШМО
учителей филологов,
дефектологов
Корнейчук Н.А. Корнейчук

Согласовано:
Заместитель директора
по УВР
Михеева С.Н. Михеева
« 28 » 08 2024 г.

Утверждено:
Директор МАОУ «Ишимская
школа-интернат»
Калугина Г.А. Калугина
Приказ № 98
от « 30 » 08 2024 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА
(с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями))
ПО ОСНОВАМ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ
для 5в-8в класса
на 2024-2025 учебный год

Программу разработала:
Крутиголова О.В., учитель русского языка и литературы
Криушина М.В., учитель русского языка и литературы

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа для учащихся с нарушениями слуха с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по основам социальной жизни для 5-8 класса составлена на основании:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МАОУ «Ишимская школа-интернат» на 2023-2027 г.г., утвержденной приказом директора от 20.06.2023 №68, с изменениями, утвержденными приказом от 30.08.2024 № 96;
- Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы. Воронкова В.В. М.: ВЛАДОС.

Учебники:

Пособие для учителя «Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида» / В.В.

Воронкова, С.А. Казакова/.- М.: ВЛАДОС.

Место предмета в учебном плане

На изучение предмета в 5-6 классе отводится 1 час в неделю (34 часа в год), в 7-8 классе - 2 часа в неделю (68 часов в год),

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.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 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, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;

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) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов на конец обучения:

1. 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;

2. 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.

Содержание учебного предмета, курса

5 класс

Введение

- Знакомство с предметом.

Личная гигиена и здоровье

- Правила личной гигиены в течение дня.
- Предметы и средства личной гигиены.
- Гигиена тела.
- Гигиена зрения.

Одежда и обувь

- Виды одежды.
- Уход за одеждой (чистка, сушка).
- Виды обуви.
- Уход за обувью (чистка, хранение).
- Головные уборы: виды, назначение.

Питание

- Значение питания в жизни человека.
- Режим питания.
- Разнообразие продуктов питания.
- Кухонные принадлежности.
- Уход за посудой.

Жилище

- Виды жилых помещений.
- Почтовый адрес дома.

Транспорт

- Виды транспорта.
- Правила поведения в транспорте.
- Правила дорожного движения.

Средства связи

- Виды средств связи, их назначение.

Торговля

- Магазины, их виды. Отделы.
- Порядок покупки товара.
- Правила поведения в магазине.

Культура поведения

- Поведение в библиотеке, музее.
- Поведение в кино, театре.
- Поведение за столом.
- Правила приёма пищи.

Семья

- Состав семьи.
- Фамилии, имена, отчества близких родственников; возраст; дни рождения; место работы; профессии.
- Любимые занятия семьи.

6 класс

Личная гигиена и здоровье

- Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приёмы выполнения, значение.
- Правила содержания личных вещей.
- Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приёмы обрезания ногтей на руках.
- Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели.

Охрана здоровья

- Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Одежда и обувь

- Особенности разных видов одежды.
- Магазины по продаже различных видов одежды.
- Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.
- Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).
- Правила ухода за обувью из различных материалов.

Питание

- Приготовление пищи: место для приготовления пищи и его оборудование.
- Гигиена приготовления пищи.
- Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах.

Жилище

- Виды жилья: собственное и государственное.
- Коммунальные удобства в городе и сельской местности.
- Комнатные растения, их виды.
- Уход за комнатными растениями (полив, подкормка, температурный и световой режим).
- Содержание домашних животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем питомца.
- Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности их содержания.

Транспорт

- Городской транспорт, его виды.
- Пригородный транспорт, его виды.
- Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, их назначение.
- Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.
- Водный транспорт, его значение.
- Авиационный транспорт, его значение.

Средства связи

- Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России».

Семья

- Взаимоотношения между родственниками.
- Распределение обязанностей в семье.

- Помощь старших младшим.
- Семейный досуг, его виды (чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др.).
- Отдых и его разновидности.

Предприятия, организации, учреждения

- Образовательные учреждения.
- Дошкольные образовательные учреждения.
- Учреждения дополнительного образования, их виды.

7 класс

Личная гигиена и здоровье

- Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.
- Косметические средства для ухода за кожей рук.
- Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах.
- Виды шампуней в зависимости от типа волос.
- Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Охрана здоровья

- Способы измерения температуры тела.
- Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зелёного – «зелёнки»).
- Вызов врача на дом.

Одежда и обувь

- Значение опрятного вида человека.
- Правила и приёмы 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 по сушке белья.
- Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования.
- Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной.

Питание

- Влияние правильного питания на здоровье человека.
- Виды продуктов питания.
- Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.
- Хлеб и хлебобулочные изделия (виды хлебной продукции; правила хранения хлебобулочных изделий).
- Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения.
- Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.
- Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности), специализированные магазины по продаже продуктов питания.
- Приём пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.
- Завтрак. Блюда для завтрака.
- Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.
- Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.

Жилище

- Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

- Горшки и кашпо для комнатных растений.
- Наиболее распространённые болезни некоторых домашних животных.
- Виды жилых комнат (гостиная, спальня, детская комната), их назначение.
- Виды нежилых помещений (кухня, ванная комната, санузел), их назначение.
- Гигиенические требования к жилым и нежилым помещениям и меры по их обеспечению.

Транспорт

- Оплата проезда на всех видах городского транспорта.
- Стоимость проезда на пригородном транспорте (автобусы, электрички).
- Проезд из дома в школу.
- Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населённого пункта. Расчёт и стоимость проезда.

Средства связи

- Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.
- Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая).

Семья

- Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение 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.

Предприятия, организации, учреждения.

- Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

8 класс

Личная гигиена и здоровье

- Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ.
- Вредные привычки и способы предотвращения их появления.
- Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.)
- Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.
- Внешний вид молодых людей.

Охрана здоровья

- Госпитализация.
- Амбулаторный приём.
- Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Одежда и обувь

- Ручная стирка одежды из различных тканей.
- Правила и приёмы глажения блузок и рубашек.
- 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.
- Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.
- Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.
- Химчистка. Услуги химчистки.

- Правила приёма изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.
- Экскурсия в химчистку.
- Значение опрятного вида человека.

Питание

- Ужин. Блюда для ужина: холодный и горячий ужин.
- Составление меню для холодного ужина.
- Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчёт продуктов для холодного ужина.
- Экскурсия в магазин (покупка продуктов для холодного ужина).
- Рецепты несложных салатов и холодных закусок.
- Приготовление несложных салатов и холодных закусок.
- Составление меню для горячего ужина.
- Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчёт продуктов для горячего ужина.
- Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.
- Правила первой помощи при отравлении.
- Изделия из теста. Виды теста (дрожжевое, слоёное, песочное).
- Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье.
- Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов.
- Приготовление блинов.
- Приготовление печенья.

Жилище

- Электробытовые приборы в ванной комнате (стиральные машины, фены для сушки волос).
- Стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами.
- Стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Техника безопасности.
- Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).
- Уборка кухни, санузла; уход за ванной, унитазом, раковинами.
- Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми.
- Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.
- Уход за жилищем. Создание уюта в доме. Убранство жилых комнат.

Транспорт

- Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты.
- Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.
- Экскурсия на автовокзал.
- Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.
- Основные маршруты водного транспорта. Порядок приобретения билетов.

Средства связи

- Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.
- Культура разговора по телефону.
- Интернет-связь. Особенности, значение в современной жизни.
- Безопасность в сети. Правила и особенности пользования интернетом.
- Электронная почта.
- Видеосвязь (скайп).

Семья

- Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

- Культура межличностных отношений.
- Культура общения юноши и девушки. Культура поведения влюблённых.

Предприятия, организации, учреждения

- Образовательные организации.
- Экскурсия в образовательную организацию.
- Местные и промышленные сельскохозяйственные предприятия. Экскурсия на предприятие.

**Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы
воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой
темы**

5 класс

№ п/п	Тематический раздел, тема	Кол-во часов
	Введение	1
1.	Знакомство с предметом.	1
	Личная гигиена и здоровье	4
2.	Правила личной гигиены в течение дня.	1
3.	Предметы и средства личной гигиены.	1
4.	Гигиена тела.	1
5.	Гигиена зрения.	1
	Одежда и обувь	5
6.	Виды одежды.	1
7.	Уход за одеждой (чистка, сушка).	1
8.	Виды обуви.	1
9.	Уход за обувью (чистка, хранение).	1
10.	Головные уборы: виды, назначение.	1
	Питание	5
11.	Значение питания в жизни человека.	1
12.	Режим питания.	1
13.	Разнообразие продуктов питания.	1
14.	Кухонные принадлежности.	1
15.	Уход за посудой.	1
	Жилище	2
16.	Виды жилых помещений.	1
17.	Почтовый адрес дома.	1
	Транспорт	4
18.	Виды транспорта.	1
19.	Правила поведения в транспорте.	1
20.	Правила дорожного движения.	2
	Средства связи	1
21.	Виды средств связи, их назначение.	1
	Торговля	4
22.	Магазины, их виды. Отделы.	1
23.	Порядок покупки товара.	2
24.	Правила поведения в магазине.	1
	Культура поведения	4
25.	Поведение в библиотеке, музее.	1
26.	Поведение в кино, театре.	1
27.	Поведение за столом.	1
28.	Правила приёма пищи.	1
	Семья	4
29.	Состав семьи.	1
30.	Фамилии, имена, отчества близких родственников; возраст; дни рождения; место работы; профессии.	2
31.	Любимые занятия семьи.	1

6 класс

№ п/п	Тематический раздел, тема	Кол-во часов
	Личная гигиена и здоровье	4
1.	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приёмы выполнения, значение.	1
2.	Правила содержания личных вещей.	1
3.	Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приёмы обрезания ногтей на руках.	1
4.	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели.	1
	Охрана здоровья	1
5.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1
	Одежда и обувь	5
6.	Особенности разных видов одежды.	1
7.	Магазины по продаже различных видов одежды.	1
8.	Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения.	1
9.	Предупреждение появления вредителей на одежде (моли).	1
10.	Правила ухода за обувью из различных материалов.	1
	Питание	3
11.	Приготовление пищи: место для приготовления пищи и его оборудование.	1
12.	Гигиена приготовления пищи.	1
13.	Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах.	1
	Жилище	6
14.	Виды жилья: собственное и государственное.	1
15.	Коммунальные удобства в городе и сельской местности.	1
16.	Комнатные растения, их виды.	1
17.	Уход за комнатными растениями (полив, подкормка, температурный и световой режим).	1
18.	Содержание домашних животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем питомца.	1
19.	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности их содержания.	1
	Транспорт	6
20.	Городской транспорт, его виды.	1
21.	Пригородный транспорт, его виды.	1
22.	Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы, их назначение.	1
23.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение.	1
24.	Водный транспорт, его значение.	1
25.	Авиационный транспорт, его значение.	1
	Средства связи	1
26.	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России».	1
	Семья	5
27.	Взаимоотношения между родственниками.	1
28.	Распределение обязанностей в семье.	1
29.	Помощь старших младшим.	1
30.	Семейный досуг, его виды (чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др.).	1
31.	Отдых и его разновидности.	1
	Предприятия, организации, учреждения	3
32.	Образовательные учреждения.	1
33.	Дошкольные образовательные учреждения.	1
34.	Учреждения дополнительного образования, их виды.	1

7 класс

№ п/п	Тематический раздел, тема	Кол-во часов
	Личная гигиена и здоровье	9
1.	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1
2.	Косметические средства для ухода за кожей рук.	2
3.	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приёмы обрезания ногтей на ногах.	2
4.	Виды шампуней в зависимости от типа волос.	2
5.	Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	2
	Охрана здоровья	5
6.	Способы измерения температуры тела.	1
7.	Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зелёного – «зелёнки»).	1
8.	Вызов врача на дом.	1
9.	Лекарственные растения в домашней аптечке.	2
	Одежда и обувь	13
10.	Значение опрятного вида человека.	1
11.	Правила и приёмы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	2
12.	Ручная и машинная стирка изделий.	2
13.	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	2
14.	Правила сушки белья из различных тканей.	2
15.	Чтение условных обозначений на этикетках по сушке белья.	2
16.	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования.	1
17.	Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной.	1
	Питание	20
18.	Влияние правильного питания на здоровье человека.	1
19.	Виды продуктов питания.	2
20.	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.	2
21.	Хлеб и хлебобулочные изделия (виды хлебной продукции; правила хранения хлебобулочных изделий).	2
22.	Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения.	2
23.	Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения.	2
24.	Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности), специализированные магазины по продаже продуктов питания.	1
25.	Приём пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.	2
26.	Завтрак. Блюда для завтрака.	2
27.	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	2
28.	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	2
	Жилище	6
29.	Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).	1
30.	Горшки и кашпо для комнатных растений.	1
31.	Наиболее распространённые болезни некоторых домашних животных.	1
32.	Виды жилых комнат (гостиная, спальня, детская комната), их назначение.	1
33.	Виды нежилых помещений (кухня, ванная комната, санузел), их назначение.	1

34.	Гигиенические требования к жилым и нежилым помещениям и меры по их обеспечению.	1
	Транспорт	4
35.	Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1
36.	Стоимость проезда на пригородном транспорте (автобусы, электрички).	1
37.	Проезд из дома в школу.	1
38.	Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населённого пункта. Расчёт и стоимость проезда.	1
	Средства связи	3
39.	Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	2
40.	Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая).	1
	Семья	8
41.	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение музеев, театров и т.д.	2
42.	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы, посещение спортивных секций и др.	2
43.	Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т.д.	2
	Предприятия, организации, учреждения	
44.	Посещение образовательных организаций дополнительного образования.	2

8 класс

№ п/п	Тематический раздел, тема	Кол-во часов
	Личная гигиена и здоровье	6
1.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ.	1
2.	Вредные привычки и способы предотвращения их появления.	1
3.	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.)	2
4.	Правила и приёмы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	1
5.	Внешний вид молодых людей.	1
	Охрана здоровья	3
6.	Госпитализация.	1
7.	Амбулаторный приём.	1
8.	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.	1
	Одежда и обувь.	14
9.	Ручная стирка одежды из различных тканей.	2
10.	Правила и приёмы глажения блузок и рубашек.	2
11.	Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей.	1
12.	Правила выведения мелких пятен в домашних условиях.	1
13.	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.	2
14.	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.	1
15.	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.	1
16.	Химчистка. Услуги химчистки.	1
17.	Правила приёма изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.	1
18.	Экскурсия в химчистку.	1

19.	Значение опрятного вида человека.	1
	Питание.	17
20.	Ужин. Блюда для ужина: холодный и горячий ужин.	1
21.	Составление меню для холодного ужина.	1
22.	Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчёт продуктов для холодного ужина.	1
23.	Экскурсия в магазин (покупка продуктов для холодного ужина).	1
24.	Рецепты несложных салатов и холодных закусок.	1
25.	Приготовление несложных салатов и холодных закусок.	2
26.	Составление меню для горячего ужина.	1
27.	Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчёт продуктов для горячего ужина.	1
28.	Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.	1
29.	Правила первой помощи при отравлении.	1
30.	Изделия из теста. Виды теста (дрожжевое, слоёное, песочное).	1
31.	Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье.	1
32.	Приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов.	2
33.	Приготовление блинов.	1
34.	Приготовление печенья.	1
	Жилище.	9
35.	Электробытовые приборы в ванной комнате (стиральные машины, фены для сушки волос).	1
36.	Стиральные машины. Правила пользования стиральными машинами.	1
37.	Стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Техника безопасности.	1
38.	Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).	1
39.	Уборка кухни, санузла; уход за ванной, унитазом, раковинами.	2
40.	Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми.	1
41.	Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.	1
42.	Уход за жилищем. Создание уюта в доме. Убранство жилых комнат.	1
	Транспорт.	5
43.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты.	1
44.	Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	1
45.	Экскурсия на автовокзал.	1
46.	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.	1
47.	Основные маршруты водного транспорта. Порядок приобретения билетов.	1
	Средства связи.	6
48.	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.	1
49.	Культура разговора по телефону.	1
50.	Интернет-связь. Особенности, значение в современной жизни.	1
51.	Безопасность в сети. Правила и особенности пользования интернетом.	1
52.	Электронная почта.	1
53.	Видеосвязь (скайп).	1
	Семья.	3
54.	Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.	1
55.	Культура межличностных отношений.	1

56.	Культура общения юноши и девушки. Культура поведения влюблённых.	1
	Предприятия, организации, учреждения.	4
57.	Образовательные организации.	1
58.	Экскурсия в образовательную организацию.	1
59.	Местные и промышленные сельскохозяйственные предприятия.	1
60.	Экскурсия на предприятие.	1
61.	Обобщение и систематизация изученного материала.	1