

Председатель педсовета
----- Самохина Т.И.



Figure 1. The effect of the concentration of the *Agrobacterium* suspension on the transformation efficiency of *Agrobacterium* strains. The concentration of the *Agrobacterium* suspension was 10⁶ cells/ml (A), 10⁷ cells/ml (B), 10⁸ cells/ml (C), and 10⁹ cells/ml (D). The concentration of the *Agrobacterium* suspension was 10⁶ cells/ml (A), 10⁷ cells/ml (B), 10⁸ cells/ml (C), and 10⁹ cells/ml (D). The concentration of the *Agrobacterium* suspension was 10⁶ cells/ml (A), 10⁷ cells/ml (B), 10⁸ cells/ml (C), and 10⁹ cells/ml (D). The concentration of the *Agrobacterium* suspension was 10⁶ cells/ml (A), 10⁷ cells/ml (B), 10⁸ cells/ml (C), and 10⁹ cells/ml (D).

Уровень образования(класс): 5 - 9 классы
(начальное общее, основное общее, среднее (полное) общее название с указанием классов)

Количество часов: 340 ч., в неделю 2 часа в 5,6,7,8,9 классах (в каждом классе по 68ч.)

Количество часов: 340 ч., в неделю 2 часа в 5,6,7,8,9 классах (в каждом классе по 68ч.)

Программа составлена в соответствии ФГОС для обучающихся с УО (ИН) и с НОДА, на основе адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и с НОДА.

Пояснительная записка

Программа составлена учителем Сытовой И.А. на основе

- Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и с НОДА, вариант 1.
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (ст.2 п.22; ст.12 п.1,5; ст.28 п.26; ст. 47 п.3 п.п.5; ст.48 п.1п.п.1);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

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 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.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» входит в предметную область «Технология»,

относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными и нарушениями).

Освоение предметной области «Основы социальной жизни» в основной школе

осуществляется в 5-9 классах из расчёта: 5, 6, 7, 8, 9 классы – по 2 часа в неделю, что составляет по 68 часов в год в каждом классе.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

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 назначения; совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях семейного бюджета; представления о различных видах средств связи; знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

Достаточный уровень:

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

составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

Личностные результаты:

формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики; проявление познавательной активности в области предметной технологической деятельности;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; овладение элементами организации умственного и физического труда;
- самооценка умственных и физических способностей при трудовой деятельности в различных сферах с позиций будущей социализации;
- развитие трудолюбия и ответственности за результаты своей деятельности; выражение желания учиться для удовлетворения перспективных потребностей;
- осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду;
- становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности, планирование образовательной и профессиональной траектории, осознание необходимости общественно полезного труда как условия безопасной и эффективной социализации;
- самооценка готовности к рациональному ведению домашнего хозяйства;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления; бережное отношение к природным и хозяйственным ресурсам;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся.

Овладение универсальными регулятивными учебными действиями включает следующие умения:

Самоорганизация:

- уметь самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль (рефлексия)

- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения;
- объяснять причины достижения (не достижения) результатов преобразовательской деятельности;
- вносить необходимые коррективы в деятельность по решению задачи или по осуществлению проекта;
- оценивать соответствие результата цели и условиям и при необходимости корректировать цели и процесс её достижения.

Принятие себя и других:

- признавать своё право на ошибку при решении задач или в реализации проекта, такое же право другого на подобные ошибки.

Овладение универсальными коммуникативными учебными действиями включают следующие умения:

- определение цели технологического обучения, постановка и формулировка для себя новых задач в учёбе и познавательной деятельности;
- алгоритмизированное планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- создание объектов, имеющих потребительную стоимость;
- выполнение различных творческих работ по созданию изделий и продуктов;
- оценивание правильности выполнения учебной задачи, собственных возможностей её решения; обоснование путей и средств устранения ошибок;
- соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда; соблюдение норм и правил культуры труда в соответствии с технологической культурой производства;
- оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Овладение универсальными познавательными учебными действиями включает следующие умения:

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки природных и рукотворных объектов;
- устанавливать существенный признак классификации, основание для обобщения и сравнения
- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях, относящихся к внешнему миру
- выявлять причинно-следственные связи при изучении природных явлений и процессов, а также процессов, происходящих в социуме;
- самостоятельно выбирать способ решения поставленной задачи, используя для этого необходимые материалы, инструменты и технологии

Базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формировать запросы к информационной системе с целью получения необходимой информации;
- оценивать полноту, достоверность и актуальность полученной информации;
- опытным путём изучать свойства различных материалов;
- овладевать навыками измерения величин с помощью измерительных инструментов, оценивать погрешность измерения, уметь осуществлять арифметические действия с приближенными величинами;
- строить и оценивать модели объектов, явлений и процессов;
- уметь создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- прогнозировать поведение технической системы, в том числе с учётом синергетических эффектов.

Работа с информацией:

- выбирать форму представления информации в зависимости от поставленной задачи;
- понимать различие между данными, информацией и знаниями;
- владеть начальными навыками работы с «большими данными»;
- владеть технологией трансформации данных в информацию, информации в знания.

Предметные результаты включают следующие умения:

владение умениями на уровне квалификационных требований к определённой профессии,

применение сформированных умений для решения учебных и практических задач;

знание правил поведения в ситуациях профессиональной деятельности и продуктивность межличностного взаимодействия в процессе реализации задания;

знание технологической карты и умение следовать ей при выполнении заданий;

знание правил техники безопасности и их применение в учебных и жизненных ситуациях.

Сформированные знания и умения учащихся по классам

5 класс

Ученик должен знать:

- учащиеся должны иметь представление о предмете СБО; назначение кабинета и правилах поведения в нем;
- последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; периодичность и правила чистки ушей; правила освещенности рабочего места; правила охраны зрения при чтении, просмотре телепередач; правила ухода за кожей рук, ног и ногтями;
- виды одежды, обуви и их назначение; правила ухода за одеждой и обувью из различных материалов (кожи, резины, текстильных);
- значение питания; правила безопасной работы режущими инструментами; виды блюд, не требующих тепловой обработки; правила сервировки стола; правила мытья посуды и уборки помещения;
- требования к осанке при ходьбе, в положении сидя и стоя; правила поведения при встрече и расставании; формы обращения с просьбой, вопросом; правила поведения за столом;
- виды жилых помещений в городе и селе и их различие; почтовый адрес своего дома и школы-интерната; правила организации рабочего места школьника;
- основные транспортные средства, имеющиеся в городе, селе; наиболее рациональный маршрут проезда до школы-интерната; варианты проезда до школы рациональными видами транспорта; количество времени, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут; правила передвижения на велосипеде;
- виды магазинов; назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции; правила поведения в магазине; правила покупки товаров; стоимость хлебных, молочных продуктов, 2—3 круп (пшено, рис и т.п.), десятка яиц, некоторых овощей и фруктов.

Ученик должен уметь:

- совершать вечерний туалет в определенной последовательности; выбирать прическу и причесывать волосы; стричь ногти на руках, ногах; стирать индивидуальные личные вещи и содержать их в чистоте; беречь зрение;
- различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; подбирать одежду, обувь, головной убор по сезону;
- сушить и чистить одежду; подготавливать одежду и обувь к хранению; подбирать крем и чистить кожаную обувь;
- прочитать рецепт блюда, подобрать продукты для его изготовления; нарезать хлеб, сырые и вареные овощи; строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;
- следить за своей осанкой принимать правильную позу в положении сидя и стоя; следить за своей походкой, жестикуляцией; правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами, салфеткой, красиво и аккуратно принимать пищу; правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчика и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях; вежливо обращаться с просьбой, вопросом к сверстниками и взрослым;
- писать адрес на почтовых открытках, на почтовых конверте, переводе, телеграмме, телеграфном переводе; соблюдать порядок на рабочем столе и во всем жилом помещении;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу); соблюдать правила дорожного движения; различать знаки дорожного движения, встречающиеся по пути из дома до школы школы-интерната и обратно;
- выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности; округленно подсчитать сумму за приобретенные продукты; оплатить, проверить чек и сдачу; культурно вести себя с работниками торговли

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): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

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

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение.

Правила безопасного поведения в ванной комнате.

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

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

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники.

Правила ухода за убранством жилых комнат.

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

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

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

Одежда и обувь.

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная), способа ношения (верхняя,

нижня), 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 распорывшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса.

Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

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

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты. Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Междугородный автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

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

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

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видеосвязь (скайп). Особенности, значение в современной жизни. Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

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

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

Семья. Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старшим младшим: домашние обязанности. Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

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

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

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

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

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

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

5 КЛАСС

I. Вводное занятие (2ч)

Тематика

Беседа о цели, содержании и значении предмета социально-бытовой ориентировки.

Особенности уроков СБО. Знакомство с кабинетом, правила поведения в нём. Соблюдение правил безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

II. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА (8 ч)

Тематика

Личная гигиена. Её значение для здоровья и жизни человека.

Правила и приемы выполнения утреннего и вечернего туалета. Здоровье и красота причёски.

Содержание в чистоте и порядке личных (индивидуального пользования) вещей: носовой платок, зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце, трусики, носки.

Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при чтении, письме, просмотре телепередач.

Практические работы

Выполнение утреннего и вечернего туалета: чистка зубов, мытье рук, лица, ушей, шеи, ног; расчесывание волос, подмывание на ночь; стрижка ногтей и уход за кожей рук, ног, используя детский крем.

III. ОДЕЖДА И ОБУВЬ (4 ч)

Тематика

Значение одежды, головных уборов и обуви для сохранения здоровья человека. Их виды и назначения.

Правила и приемы повседневного ухода за одеждой и обувью: предупреждение загрязнения, сушка, чистка, подготовка сезонной обуви к хранению.

Практические работы

Сушка и чистка — домашней, школьной формы, верхней одежды, обуви.

IV. ПИТАНИЕ (20 ч)

Тематика

Значение питания в жизни и деятельности людей.

Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Влияние правильного режима и рационального питания на здоровье детей.

Место приготовления пищи и оборудование его.

Приготовление пищи не требующей тепловой обработки.

Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу.

Сервировка стола.

Практические работы

Чтение рецепта приготовления блюда и подбор продуктов; нарезка хлеба, сырых и вареных овощей; строгое соблюдение правил пользования режущими инструментами;

приготовление бутербродов, салата, винегрета, напитка из варенья; сервировка стола с учетом различных меню; мытье посуды, кухонных принадлежностей, уборка помещения.

V. СЕМЬЯ (4ч).

Тематика

Семья, родственные отношения в семье.

Состав семьи учащихся.

Фамилия, имя, отчество, возраст каждого члена семьи.

Взаимоотношения между членами семьи, взаимопомощь.

Практические работы

Порядок составления генеалогического дерева.

VI. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ (6 ч)

Тематика

Значение осанки при ходьбе, в положении сидя и стоя для общего здоровья. Формы исправления осанки. Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании; приемы обращения с просьбой, вопросом. Правила поведения за столом.

Практические работы

Выполнение физических упражнений для укрепления правильной осанки; ролевая игра — ситуативные диалоги: при встрече, расставании и за столом.

VII. ЖИЛИЩЕ (8 ч)

Тематика

Виды жилых помещений в городе и селе. Жилой дом, интернатские помещения.

Виды жилья: собственное, государственное.

Варианты квартир и подсобных помещений: жилье по конструкции — комнаты отдельные, смежные; по назначению — спальня, гостиная, кухня, ванная и др. Организация рабочего места школьника. Виды отопления в городе и селе.

Почтовый адрес дома, школы-интерната.

Практические работы

Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе; организация рабочего места школьника.

VIII. ТРАНСПОРТ (6ч)

Тематика

Виды транспортных средств. Проезд в школу-интернат (маршрут, виды транспорта). Поведение в транспорте и на улице. Правила дорожного движения. Знаки дорожного движения.

Практические работы

Оплата проезда в транспорте. Составление маршрута от дома до школы-интерната. Рассчитать стоимости проезда от дома до школы-интерната и обратно. Определить сумму денег, необходимую им на проезд в течение недели, месяца.

IX. ТОРГОВЛЯ (8 ч)

Тематика

Виды торговых предприятий. Их значения для обеспечения жизни и деятельности людей, животных.

Продуктовые магазины и их отделы: хлебные изделия, кондитерские, бакалея, молочные, колбасные изделия, сыры, мясо, рыба, овощи, фрукты, кулинария.

Продуктовые специализированные; «Булочная», Булочная-кондитерская», «Овощи и фрукты» и др.

Виды товаров фасованные и в развес и розлив.

Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание).

Срок годности, стоимость.

Хранение товаров фасованных и в развес, разлив.

Практические работы

Знакомство с отделами, видами продуктов, их стоимости за определенное количество массы; определенные сроки годности (на примере молочных продуктов); приобретение продукта (например, соли, булочки), проверка чека и сдачи.

Итоговые тестовые работы (2 часа)

Таблица тематического распределения количества часов

Тематическое планирование 5 класс

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
Вводное занятие	2			<u>Предметные:</u> должны знать сферу деятельности и обязанности ученика в предстоящем учебном году. Должны самостоятельно наводить порядок в своём жилище, рабочем месте. Содержать свои вещи в порядке. Бережно относиться к школьному оборудованию. Выполнять правила внутреннего распорядка и безопасной работы в кабинете. <u>Познавательные:</u> обучающиеся научатся
		Вводный урок. Знакомство с предметом.	1	
		Правила поведения и безопасности в	1	

		кабинете.		осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий. <u>Регулятивные</u>: понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу. <u>Коммуникативные</u>: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик- класс, учитель – класс). <u>Личностные</u>: самостоятельность в выполнении учебных заданий,
Личная гигиена	8			<u>Предметные</u>: должны знать и уметь выполнять последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; уходу за лицом и телом. Выработка навыков гигиены зрения <u>Познавательные</u>: формировать и развивать умения и навыки по соблюдению личной гигиены, по выбору средств личной гигиены. Прививать умения и навыки по уходу за предметами личной гигиены. Уметь подбирать освещение при чтении, просмотре Т.В., обращении с сотовыми телефонами. <u>Регулятивные</u>: развитие речи, развитие самостоятельности, умение следовать предложенному плану и работать в общем темпе. Устанавливать и выявлять причинно - следственные связи <u>Коммуникативные</u>: умение слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту. Становление мотивационной сферы гигиенического поведения. <u>Личностные</u>: самостоятельность при выполнении практических работ. Соблюдении правил безопасной работы. Воспитание чувства взаимопомощи.
		Правила личной гигиены в течение дня.	1	<u>Предметные</u>: должны знать и уметь выполнять последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета; уходу за лицом и телом. Выработка навыков гигиены зрения <u>Познавательные</u>: формировать и развивать умения и навыки по соблюдению личной гигиены, по выбору средств личной гигиены. Прививать умения и навыки по уходу за предметами личной гигиены. Уметь подбирать освещение при чтении, просмотре Т.В., обращении с сотовыми телефонами. <u>Регулятивные</u>: развитие речи, развитие самостоятельности, умение следовать предложенному плану и работать в общем темпе. Устанавливать и выявлять причинно - следственные связи <u>Коммуникативные</u>: умение слушать и понимать инструкцию к
		Уход за волосами, ушами, полостью рта	1	
		Выполнение утреннего и вечернего туалета	1	
		Предметы и средства личной гигиены	1	
		Содержание в чистоте и порядке личных вещей	1	
		Гигиена зрения.	1	
		Вред курения и	1	

		алкоголя на организм подростка.		учебному заданию в разных видах деятельности и быту. Становление мотивационной сферы гигиенического поведения.
		<u>Практическая работа</u> Стирка носового платка, мелких вещей.	1	<u>Личностные</u> : самостоятельность при выполнении практических работ. Соблюдении правил безопасной работы. Воспитание чувства взаимопомощи.
Одежда и обувь	4			<u>Предметные</u> : осваивать правила ухода за своей сезонной одеждой и обувью. Учащиеся должны уметь подбирать одежду и обувь по сезону, в зависимости от назначения. Уметь различать одежду и обувь в зависимости от их назначения: повседневная, праздничная, рабочая, спортивная; подбирать одежду, обувь.
		Виды одежды. Чистка, сушка.	1	<u>Познавательные</u> : расширить знания и умения по правилам ухода за одеждой и обувью. уметь подготовить одежду и обувь к хранению. Помочь подобрать одежду и обувь младшим членам семьи. Должны уметь подбирать головной убор по сезону, в зависимости от назначения. Знать виды женских, мужских и детских головных уборов, их виды и назначение. <u>Регулятивные</u> : развитие внимания, мышления, связной речи через умение вести диалог. Понимать смысл инструкции учителя, учиться высказывать свое мнение. Воспитание зрительного восприятия, памяти. <u>Коммуникативные</u> : воспитание аккуратности, опрятности, эстетического вкуса. Воспитание толерантности. Осознанно действовать для решения конкретных задач. Систематизация знаний. Расширение кругозора, словарного запаса. <u>Личностные</u> : воспитание чувства взаимопомощи и самостоятельности. Объяснять свои чувства и ощущения от результатов трудовой деятельности человека - мастера и своей практической работы. Положительно относиться к труду людей различных профессий, создающих одежду, обувь, работающих в сфере услуг.
		Виды обуви. Чистка, хранение.	1	
		<u>Практическая работа</u> «Сушка, чистка формы, верхней одежды, обуви»	1	
		Виды головных уборов	1	
Питание	20			<u>Предметные</u> : должны иметь представление о правилах и значении питания. Уметь составлять рацион и меню для питания семьи. <u>Познавательные</u> : формирование представлений о значения питания в жизни и деятельности людей. Формирование навыков по

				приготовлению завтрака, сервировке стола, нарезке хлеба, приготовлении чая, бутербродов, салатов. <u>Регулятивные:</u> расширение активного словарного запаса и кругозора. Развитие способностей к обобщению, классификации. Развивать умение выполнять упражнения по аналогии, по готовым образцам. <u>Коммуникативные:</u> умение аргументировать свое мнение. Воспитание коммуникативных навыков. Развитие логического мышления, эстетического вкуса. Развитие способностей к обобщению, классификации. <u>Личностные:</u> воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, эстетического вкуса. Формировать умения и приёмы ухода за посудой. Учить пользоваться и применять чайную посуду. Учить правилам заваривания чая.
		Значение питания в жизни человека.	1	
		Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания	1	
		Влияние правильного режима питания на здоровье детей	1	
		Место приготовления пищи и его оборудование	1	
		Правила и приемы ухода за посудой и помещением, где готовят пищу	1	
		Кухонные принадлежности	1	
		Уход за посудой. <u>Практическая работа</u>	1	
		Чайная посуда	1	
		Рецепты заваривания чая.	1	

		Правила заваривания чая <u>Практическая работа</u>	1	
		Сервировка стола к завтраку. <u>Практическая работа</u>	1	
		Нарезка хлеба, овощей <u>Практическая работа</u>	1	
		Приготовление винегрета	1	
		Приготовление винегрета <u>Практическая работа</u>	1	
		Приготовление овощной окрошки <u>Практическая работа</u>	1	
		Виды бутербродов	1	
		Приготовление бутербродов. <u>Практическая работа</u>	1	
		Виды салатов.	1	
		Продукты для салатов.	1	
		Приготовление салатов. <u>Практическая работа</u>	1	
Семья	4			<u>Предметные:</u> воспитание культурного , уважительного отношения в семье. Должны знать и называть состав семьи: имена, отчества, фамилии, возраст день рождения каждого родственника. Должны научиться составлять родословное дерево. <u>Познавательные:</u> совершенствование, формирование знаний, приёмов по улучшению, совершенству отношений в семье. <u>Регулятивные:</u> понимать смысл инструкции учителя, учиться высказывать свое предположение, работать с учебным материалом. - использовать в жизненно-бытовых, родственных ситуациях полученные знания и навыки. <u>Коммуникативные:</u> - взаимодействовать с одноклассниками во время учебной и трудовой деятельности; - владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать

				решение. <u>Личностные:</u> активизировать процессы припоминания при восстановлении родственных отношений в семье и записывании фамилии, имени, отчества своих близких родственников.
		Родственные отношения в семье	1	
		Состав семьи учащихся.	1	
		Взаимоотношения в семье, взаимопомощь	1	
		Составление родового дерева. <u>Практическая работа</u>	1	
Культура поведения	6			<u>Предметные:</u> воспитание культуры поведения. Воспитание самостоятельности. <u>Познавательные:</u> совершенствование знаний и умений по подготовке стола к приёму пищи с учётом санитарно-гигиенических, эстетических, практических требований. Формировать знания и навыки правильного поведения в учреждениях культуры. <u>Регулятивные:</u> развитие мышления через решение проблемных ситуаций. Понимать смысл инструкции учителя, учиться высказывать свое предположение <u>Коммуникативные:</u> участвовать в диалоге на уроке; отвечать на вопросы учителя, товарищей по классу; соблюдать простейшие нормы речевого этикета. <u>Личностные:</u> воспитание культуры поведения, чувства коллективизма. Уметь осмысливать социальное окружение, своё место в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей. Понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в школе, дома;
		Осанка. Значение осанки при ходьбе.	1	
		Формы исправления, укрепления осанки. <u>Практическая работа</u>	1	
		Культура поведения со старшими и	1	

		сверстниками		
		Формы обращения к старшим при встрече.	1	
		Ситуативные диалоги при встрече и расставании. <u>Практическая работа</u>	1	
		Правила поведения за столом <u>Практическая работа</u>	1	
Жилище	8			<u>Предметные</u>: знать виды жилых помещений; знать правила поведения и соблюдать порядок в жилом помещении (доме, где живёшь, школе, где живёшь и учишься). Развитие эстетического вкуса. Умение анализировать, обобщать, <u>Познавательные</u>: развитие представлений о видах жилых помещений. Формировать умения описывать своё жилище, свою комнату. <u>Регулятивные</u>: расширение активного словаря на тему: « жилище, дом, квартира,» . Развитие пространственных представлений. : понимать смысл инструкции учителя, учиться высказывать свое предположение, работать с учебными принадлежностями. <u>Коммуникативные</u>: развитие кругозора, логического мышления, внимания, культуры речи. <u>Личностные</u>: воспитание чувства ответственности, аккуратности, инициативности, трудолюбия.
		Виды жилых помещений в городе и селе	1	
		Виды жилья: собственное, государственное	1	
		Варианты квартир и подсобных помещений	1	
		Организация рабочего места школьника	1	
		Виды отопления в городе и селе.	1	
		Почтовый адрес дома,	1	

		школы-интерната		
		Заполнение почтового адреса на конверте <u>Практическая работа</u>	1	
		Уборка класса, спальни (практическая работа)	1	
Транспорт	6			<u>Предметные:</u> умение ориентироваться в услугах общественного транспорта (городской, пригородный, междугородный транспорт), осуществлять поездку в общественном транспорте. Ознакомление с правилами написания почтового адреса <u>Познавательные:</u> развитие умения правильно ориентироваться в дорожных ситуациях <u>Регулятивные:</u> развитие способности к обобщению и классификации. <u>Коммуникативные:</u> развитие наблюдательности, мышления, внимания на дорогах. Формирование системы знаний и умений по правилам дорожного движения. <u>Личностные:</u> воспитание культуры поведения на остановке, эскалаторе, платформе метро. Формирование правил культуры поведения в общественном транспорте.
		Виды транспортных средств	1	
		Правила дорожного движения	1	
		Знаки дорожного движения.	1	
		Составление маршрута от дома до школы	1	
		Маршруты передвижения от дома до населенного пункта	1	
		Поведение в транспорте, на экскурсии.	1	
		<u>Практическая работа</u>		
Торговля	8			<u>Предметные:</u> формировать и закреплять умения и навыки ориентироваться в услугах ,оказываемых различными предприятиями и учреждениями торговли (магазин, рынок, киоск)

				<u>Познавательные:</u> использовать в жизни и деятельности простейшие межпредметные знания; Устанавливать элементарные существенные связи между объектами и процессами окружающей действительности. Формировать и закреплять умения и навыки правильно вести себя в учреждениях, умение осуществлять покупки в универсальных, специализированных магазинах, на рынках, в киосках <u>Регулятивные:</u> действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач. <u>Коммуникативные:</u> доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми. Развитие кругозора, культуры речи. <u>Личностные:</u> проявлять уважительное и бережное отношение к людям различных профессий и результатам их деятельности. Исполнять правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе.
		Виды торговых предприятий	1	
		Значение торговых предприятий для обеспечения людей.	1	
		Продуктовые магазины и их отделы	1	
		<u>Практическая работа</u>		
		Продуктовые специализированные магазины	1	
		Виды товаров.	1	
		Хранение товаров		
		Срок годности, стоимость.	1	
		<u>Практическая работа.</u>		
		Экскурсия в магазин	1	
		<u>Практическая работа</u>		
Итоговая тестовая работа за учебный год	2			Уметь применять знания при обобщении пройденного материала. Знать правила работы с тестами по различной тематике.
		Работа с тестами	1	

		Работа с тестами	1	
--	--	------------------	---	--

СОГЛАСОВАНО:

Протокол №1 заседания
объединения
учителей естествознания
от __30.__08.____ 2023г. __
Сытова И. А.____/

Согласовано:

методического

Заместитель директора по УВР

_____/Коновалова ГКОУШИ №1 г.Ейска

от__ 31.08. ____2023г.