

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 33»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «**Основы социальной жизни**» (вариант 1)

на уровень основного общего образования

г. Набережные Челны

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы социальной жизни»

5 класс (вариант 1)

Название раздела	Предметные результаты		Метапредметные результаты	Личностные результаты
	ученик научится	ученик получит возможность научиться		
<p>Личная гигиена и здоровье</p> <p>Одежда и обувь</p> <p>Транспорт</p> <p>Питание</p> <p>Семья</p> <p>Охрана здоровья</p> <p>Жилище</p>	<p>- Иметь представления о предмете, назначение кабинета и правила поведения в нём;</p> <p>– Знать последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, правила охраны зрения;</p> <p>– Знать виды одежды, обуви и их назначение, правила ухода за одеждой и обувью;</p> <p>– Знать правила сервировки стола, правила мытья посуды и уборки помещения;</p> <p>– Знать состав семьи, имена, отчества, фамилии и возраст их;</p> <p>– Уметь вежливо обращаться с просьбой, вопросом;</p>	<p>- Самостоятельно и осознанно совершать вечерний туалет в определенной последовательности;</p> <p>– Различать одежду и обувь в зависимости от их назначения, ухаживать за одеждой;</p> <p>– Строго соблюдать правила безопасной работы режущими инструментами;</p> <p>– Выполнять правила поведения в семье;</p> <p>– Знать правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом;</p> <p>– Соблюдать правила поведения в общественном транспорте, правила дорожного движения;</p>	<p><i>Коммуникативные учебные действия:</i></p> <p>- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);</p> <p>- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;</p> <p>- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.</p> <p><i>Познавательные учебные действия</i></p> <p>- дифференцированно воспринимать окружающий</p>	<p>- испытывать чувство гордости за свою страну;</p> <p>- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;</p> <p>- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;</p> <p>- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; -активно включаться в общепользную социальную деятельность;</p> <p>- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.</p>

			<p>мир, его временно-пространственную организацию;</p> <ul style="list-style-type: none">- 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. <p><i>Регулятивные учебные действия:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- 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	
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

			<p>практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;</p> <p>- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;</p> <p>- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.</p>	
--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни»

класс – 5

вариант 1

Название раздела	Содержание раздела
<p>Личная гигиена и здоровье</p>	<p><i>Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.</i></p> <p><i>Утренний и вечерний туалет:</i> содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.</p> <p><i>Гигиена тела.</i> Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках.</p> <p>Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.</p> <p>Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).</p> <p><i>Закаливание организма.</i> Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур,</p>

	<p>физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.</p> <p>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.</p> <p><i>Гигиена зрения.</i> Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.</p> <p>Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач</p> <p><i>Особенности соблюдения личной гигиены подростком.</i> Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).</p> <p><i>Негативное влияние на организм человека вредных веществ:</i> 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.</p>
Охрана здоровья	<p><i>Виды медицинской помощи:</i> доврачебная и врачебная.</p> <p><i>Виды доврачебной помощи.</i> 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.</p> <p><i>Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.</i> Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.</p> <p><i>Первая помощь.</i> Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.</p> <p><i>Уход за больным на дому:</i> переодевание, умывание, кормление больного.</p> <p><i>Виды врачебной помощи на дому.</i> Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.</p> <p><i>Документы, подтверждающие нетрудоспособность:</i> справка и листок нетрудоспособности.</p>
Жилище	<p><i>Общее представление о доме.</i> 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). <i>Комнатные растения.</i> Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.</p> <p><i>Домашние животные.</i> 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.</p> <p><i>Планировка жилища.</i> Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.</p> <p><i>Кухня.</i> 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.</p> <p><i>Кухонная утварь.</i> Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды,</p>

	<p>функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.</p> <p><i>Кухонное белье:</i> полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.</p> <p><i>Кухонная мебель:</i> названия, назначение.</p> <p><i>Санузел и ванная комната.</i> Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.</p> <p><i>Электробытовые приборы в ванной комнате:</i> 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).</p> <p><i>Мебель в жилых помещениях.</i> 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.</p> <p><i>Убранство жилых комнат:</i> зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.</p> <p><i>Уход за жилищем.</i> 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.</p> <p><i>Насекомые и грызуны в доме:</i> 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.</p> <p>Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.</p>
<p>Одежда и обувь</p>	<p><i>Одежда.</i> 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.</p> <p><i>Значение опрятного вида человека.</i></p> <p><i>Уход за одеждой.</i> 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</p>

	<p>при пользовании средствами для выведения пятен.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.</p> <p><i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.</p> <p><i>Магазины по продаже одежды.</i> Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.</p> <p><i>Обувь.</i> Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).</p> <p><i>Магазины по продаже различных видов обуви.</i> Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.</p> <p><i>Уход за обувью.</i> 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.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.</p> <p><i>Обувь и здоровье человека.</i> Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.</p>
Питание	<p><i>Организация питания семьи.</i> Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.</p> <p><i>Приготовление пищи.</i> Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.</p> <p><i>Виды продуктов питания.</i> Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).</p> <p><i>Хлеб и хлебобулочные изделия.</i> Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.</p> <p><i>Мясо и мясопродукты;</i> первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.</p> <p><i>Яйца, жиры.</i> Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.</p> <p><i>Овощи, плоды, ягоды и грибы.</i> Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.</p> <p><i>Мука и крупы.</i> 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.</p> <p><i>Соль, сахар, пряности и приправы.</i> Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.</p> <p><i>Чай и кофе.</i> Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.</p> <p><i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> 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.</p>

	<p><i>Рынки.</i> Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.</p> <p><i>Прием пищи.</i> Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p><i>Изделия из теста.</i> 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</p> <p><i>Домашние заготовки.</i> 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.</p>
Транспорт	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p> <p>Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.</p> <p><i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.</p> <p><i>Междугородний железнодорожный транспорт.</i> Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.</p> <p><i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.</p> <p><i>Водный транспорт.</i> Значение водного транспорта. Пристань. Порт.</p> <p><i>Авиационный транспорт.</i> Аэропорты, аэровокзалы.</p>
Средства связи	<p><i>Основные средства связи:</i> почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.</p> <p><i>Почта.</i> Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.</p> <p><i>Письма.</i> Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.</p> <p><i>Бандероли.</i> Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.</p> <p><i>Посылки.</i> Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.</p> <p><i>Телефонная связь.</i> Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений</p>

	<p>мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.</p> <p><i>Интернет-связь.</i> Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.</p> <p><i>Денежные переводы.</i> Виды денежных переводов. Стоимость отправления.</p>
Предприятия, организации, учреждения	<p><i>Образовательные учреждения.</i> Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.</p> <p><i>Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.</i> Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.</p> <p><i>Исполнительные органы государственной власти</i> (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.</p>
Семья	<p><i>Родственные отношения в семье.</i> Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.</p> <p><i>Семейный досуг.</i> Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.</p> <p>Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.</p> <p>Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.</p> <p>Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.</p> <p><i>Отдых.</i> 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.</p> <p><i>Экономика домашнего хозяйства.</i> 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.</p>

Тематическое планирование учебного предмета «Основы социальной жизни»

Целевые приоритеты:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее

5 класс (вариант 1)

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные работы
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.	4	
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, обуви и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды	4	
Транспорт Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.	4	
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).	11	
Семья Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.	4	
Охрана здоровья Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1	
Жилище Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес.	6	

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.		
ИТОГО	34	0

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета
5 класс (34 ч)**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Тематический блок 1. Личная гигиена и здоровье					
1	Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnositovoy-orientirovki
2	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение	1	0	0	
3	Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход	1	0	0	
4	Правила содержания личных вещей.				
Тематический блок 2. Одежда и обувь					
5	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.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnositovoy-orientirovki
6	Особенности разных видов одежды.	1	0	0	
7	Головные уборы: виды и назначение.	1	0	0	
8	Роль одежды, обуви и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды	1	0	0	
Тематический блок 3. Транспорт					
9	Городской транспорт.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnositovoy-orientirovki
10	Виды городского транспорта.	1	0	0	
11	Оплата проезда на всех видах городского транспорта.	1	0	0	
12	Правила поведения в городском транспорте.	1	0	0	
Тематический блок 4. Питание					
13	Организация питания семьи.	1	0	0	https://www.metod-

14	Значение питания в жизни и деятельности людей.	1	0	0	kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki
15	Влияние правильного питания на здоровье человека.	1	0	0	
16	Режим питания.	1	0	0	
17	Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.	1	0	0	
18	Приготовление пищи.	1	0	0	
19	Место для приготовления пищи и его оборудование.	1	0	0	
20	Гигиена приготовления пищи.	1	0	0	
21	Виды продуктов питания.	1	0	0	
22	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.	1	0	0	
23	Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).	1	0	0	
Тематический блок 5. Семья					
24	Родственные отношения в семье.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki
25	Состав семьи.	1	0	0	
26	Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения.	1	0	0	
27	Место работы членов семьи, должности, профессии.	1	0	0	
Тематический блок 6. Охрана здоровья					
28	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki
Тематический блок 7. Жилище					
29	Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности.	1	0	0	https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki
30	Виды жилья: собственное и государственное.	1	0	0	
31	Домашний почтовый адрес.	1	0	0	
32	Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие	1	0	0	

	коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).				
33	Комнатные растения. Виды комнатных растений.	1	0	0	
34	Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.	1	0	0	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	0	

Учебно-методическое обеспечение курса

1. Бабушкина Л.А. «СБО, поурочные планы по программе В.В. Воронковой, 5 класс» (Волгоград, Учитель,2013),
2. Воронкова, В. В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: учебное пособие / В.В. Воронкова. - М.: «Владос»,2006.
3. Гладкая, В. В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: учебное пособие / В.В. Гладкая. - М.: НЦЭНАС,2003.
4. Девяткова, Т. А. Социально - бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида: учебное пособие / Т.А. Девяткова. - М.: «Владос»,2004.
5. Миронюк З.Н., Н.А. Ивершина, «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; рабочая тетрадь; (Москва, Владос,2014)
6. Львова С.А. «Практический материал к урокам СБО в СКОШ VIII вида» (Москва, Владос,2005),
- 7.Субчева В.П. «Социально-бытовая ориентировка, 5-9 классы»; учебное пособие; (Москва, Владос,2014),

Интернет-ресурсы:

- nsportal.ru/sait-uchitelei-sbo
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/rubr/eb17b17a-6bcc-01ab-0e3a-a1cd26d56d67/>
- <http://old.internet-school.ru>(интернет-школа)
- <http://festival.1september.ru/>
- <https://www.metod-kopilka.ru/urok-po-socialnobitovoy-orientirovki>
- <https://pedsovet.org/publikatsii/korreksionnoe-obrazovanie/sotsialno-bytovaya-orientirovka>
- <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher>