

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Нижегородской области**

**Лукояновский муниципальный округ**

**МБОУ Ульяновская СШ**

РАССМОТРЕНО На заседании ШМО  Протокол № 1 от 31.08.2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УР _____ Голованова С.П. 31.08 .2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор _____ Маркина Е.В. Приказ № 91/1-ОД от 31.08.2023 г.
---	---	--

**Рабочая программа**

образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) вариант 2

Приложение  
к Адаптированной основной  
общеобразовательной программе образования  
обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) 2 вариант  
(с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными  
нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития  
МБОУ Ульяновской СШ

Окружающий мир

---

предметная область

Домоводство 5 - 9 классы

---

Учебный предмет, классы

с. Ульяновско-2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Домоводство» для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (2 вариант) 5- 9 классы разработана на основе:

- Федеральной адаптированной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) ( для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) МБОУ Ульяновской СШ

и соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа разрабатывается на уровень образования.

- С учётом санитарно-эпидемиологической обстановки рабочая программа может быть реализована в дистанционном формате.

Обучение детей данной категории ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Для детей с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития в большинстве случаев затруднено самостоятельное выполнение даже простых бытовых заданий. Однако, формирование у обучающихся четких алгоритмов выполнения действия, возможность использования различных адаптеров для бытовых приборов, дает возможность участия в данном виде деятельности индивидуально доступным образом, что создает у обучающихся ощущения причастности к работе по дому и существенно повышает качество их жизни.

**Цель рабочей программы** – формирование представлений у учащихся об алгоритмах выполнения различной хозяйственно-бытовой деятельности, а также, максимальная индивидуализация процесса ее выполнения в зависимости от психофизических особенностей.

**Задачи и направления рабочей программы:**

- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи;
- освоение действий по осуществлению покупок;
- освоение действий по уборке помещения и территории;
- освоение действий по уходу за вещами.

Рабочая программа предназначена для учащихся 5- 9 классов для детей с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития в МБОУ Ульяновской СШ и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

### Описание места учебного предмета в учебном плане

<i>Класс</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
<i>Кол-во часов в неделю</i>	3	5	5	5	5
<i>Кол-во учебных недель</i>	34	34	34	34	34
<b>Итого</b>	102	170	170	170	170

## Планируемые результаты освоения предмета

### Учащиеся должны иметь представление:

- о городском и сельском жилище;
- о коммунальных удобствах;
- о планировке жилища и функциональном назначении жилых помещений;
- о режиме и гигиене питания;
- об оборудовании и санитарно-гигиенических требованиях по организации питания семьи и приготовлению пищи;
- о правилах составления меню;
- о способах обработки основных продуктов питания;
- о полуфабрикатах и умении ими пользоваться;
- о способах использования, а также сохранения продуктов с помощью сушки, замораживания, консервирования;
- о функциональном назначении передней, гостиной, спальни, о гигиенических требованиях к сохранности жилища;
- о видах одежды, обуви;
- о гигиенических правилах содержания одежды, белья, обуви.

Учащиеся 1 уровня должны знать	Учащиеся 1 уровня должны уметь
<ul style="list-style-type: none"><li>• состав своей семьи, имена, отчества, фамилии родителей, близких родственников;</li><li>- места работы родителей;</li><li>- домашний адрес, основные названия помещений в жилом доме, в городской квартире;</li><li>- назначение коммунальных удобств;</li><li>- правила общежития;</li><li>• правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;</li><li>- санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при работе с бытовыми</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• пользоваться мусоропроводом, лифтом, почтовым ящиком;</li><li>- вызывать службу помощи при пожаре;</li><li>• производить сухую и влажную уборку помещений;</li><li>- чистить ковры, мягкую мебель, книжные полки, батареи;</li><li>- ухаживать за полом в зависимости от видов покрытия, используя безопасные чистящие (моющие) средства;</li><li>• утеплять окна к зиме;</li><li>- пользоваться химическими препаратами для очистки изделий из стекла;</li></ul>

<p>электроприборами; правила пользования пылесосом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правила обращения со стеклянными и зеркальными предметами;</li> <li>- различные химические препараты для чистки изделий из стекла;</li> <li>- особенности бытовых насекомых, грызунов;</li> <li>• правила ухода за одеждой, обувью, бельем;</li> <li>• правила хранения и чистки кожаной, валяной, текстильной и др. обуви.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применять безопасные способы профилактики и борьбы с насекомыми и грызунами;</li> <li>- ухаживать за домашними животными с учетом санитарно-гигиенических требований;</li> <li>• подбирать одежду и обувь по сезону;</li> <li>- чистить верхнее и легкое платье.</li> </ul>
<p>Учащиеся 2 уровня должны / могут/ знать</p>	<p>Учащиеся 2 уровня должны / могут/ уметь</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- состав своей семьи, имена, отчества, фамилии родителей;</li> <li>- места работы родителей;</li> <li>- домашний адрес;</li> <li>- правила общежития;</li> <li>- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;</li> <li>- безопасные правила обращения со стеклом;</li> <li>- о вреде бытовых насекомых и грызунов, о безопасных способах борьбы с ними;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• пользоваться мусоропроводом, лифтом, почтовым ящиком;</li> <li>- вызывать службы помощи при пожаре и несчастных случаях;</li> <li>• производить сухую и влажную уборку помещений;</li> <li>- чистить ковры, мягкую мебель, книжные полки, батареи;</li> <li>• ухаживать за домашними животными с учетом санитарно-гигиенических требований;</li> <li>- ухаживать за комнатными растениями;</li> </ul>

## Содержание учебного предмета

### Введение (6 ч)

Понятие о доме, семье, семейных обязанностях (на примере русских народных сказок, пословиц, поговорок, загадок).

Семейные традиции (с использованием предметов народного творчества, иллюстраций русских художников).

Посещение музея этнографии, картинной галереи с целью знакомства по сюжетам картин с убранством и бытом русского дома жителей России.

Предмет «Домоводство», его связь с другими предметами школьной программы. Значение домоводства для правильной организации жизни родственников и близких людей. Семья, члены семьи. Рольевые обязанности в семье (дедушка, бабушка, отец, мать, дети).

Уклад семьи в прошлом (в деревне, в городе).

Современная семья, влияние технического прогресса на изменение функциональных обязанностей старших членов семьи.

### Жилище (4 ч)

Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов.

Размещение семьи в типовых городских квартирах, в отдельном доме.

Коммунальные удобства, их назначение: водоснабжение, электроснабжение, газообеспечение, канализация, мусоропровод, радиотрансляция, телефонизация, сигнализация, лифт, домофон.

Правила пользования лифтом.

Правила пользования почтовым ящиком, домофоном, кодовым замком.

Правила гигиены на лестницах, лестничных площадках.

Правила пользования мусоропроводом. Пожар в доме (причины, источники).

Правила пожарной безопасности.

ПОНЯТИЯ: жилье, квартира, дом (городской, сельский, дачный).

СЛОВАРЬ: передняя (сени), гостиная (горница), спальня, кухня, санузел, ванная, туалет, балкон, лоджия, подсобное помещение.

### Итоговые занятия (2 ч)

Игры: «Строим дом», «Наши соседи», театр кукол «Лиса и заяц» и др.

Оформление тетрадей по домоводству.

Оформление материалов наблюдений, экскурсий (устные и письменные рассказы).

Сказки, пословицы, поговорки, загадки о семейном укладе. Рольевые игры на основе русских народных сказок, песен, загадок, поговорок. Словарная работа.

### Уход за жилищем (6 ч)

Рассказ-описание «Наша квартира».

Назначение жилых комнат. Убранство гостиной, спальни, других жилых помещений (правила планирования, размещения вещей, мебели и др.).

Чем убирают квартиру: инвентарь, содержание, хранение. Моющие

средства, их виды. Техника безопасного использования моющих и чистящих средств. Простые правила оказания помощи при ожоге, отравлении химическими препаратами (веществами).

Правила повседневной уборки. Уход за стенами, полом, потолком. Практические работы по уходу за жилищем (классом, игровой, спальней и др.).

### **Помощники в доме (8 ч)**

Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник, утюг, кондиционер, электрочайник и др., их назначение в хозяйстве.

### **Практические работы**

Усвоение правил работы с плитой, утюгом, электрочайником и другими техническими предметами быта.

### **Повторение (1 ч)**

### **Окна, стекла, зеркала в доме (4 ч)**

«Пусть зеркало расскажет...» История стекла и зеркала.

Глаза дома (квартиры). Правила ухода за зеркалами и стеклами.

Светильники в доме: люстры, настольные лампы, бра. Средства для чистки стекол, зеркал, зеркальных покрытий.

### **Практические работы**

Мытье стекол, зеркал, светильников; правила и приемы безопасности.

Применение народных средств для очистки стеклянных изделий: лук, соляной, уксусный растворы, мякиш хлеба и др.

Словарная работа по теме.

### **Одежда (6 ч)**

Повторение знаний о видах одежды, их назначении. Профессии людей, создающих одежду.

Приобретение и хранение одежды (правила, способы).

Виды сезонной одежды: летняя, зимняя, демисезонная.

Одежда по назначению: деловая, праздничная, спортивная, домашняя, для сна, рабочая.

Уход за одеждой: стирка, чистка, починка (практические занятия).

Деловые игры: «Собираем чемоданы к морю»; «На зимние каникулы»; «Необходимые и важные вещи в гардеробе».

### **Обувь (4 ч)**

Виды обуви, их назначение.

Приобретение и хранение обуви (правила, способы).

Сезонная обувь: летняя, зимняя, демисезонная.

Обувь по назначению: спортивная, домашняя, выходная, рабочая.

Уход за обувью. Починка обуви (экскурсия в мастерскую).

Профессии людей, создающих обувь.

### **Белье (4 ч)**

Белье, его виды и назначение: постельное, кухонное, нательное. Ткани для белья. Гигиенические и эстетические требования к выбору белья.

Стирка белья: ручная, машинная.

Моющие средства для разных видов белья. Кипячение, правила



безопасности. Правила сушения белья из льна, шерсти, шелка. Глажение, правила работы с утюгом, техника безопасности.

Правила хранения белья в шкафах, комодах, корзинах.

Ремонт белья.

### 5 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1.	Введение (6 ч)	6	3	3
2.	Жилище (4 ч)	4	2	2
3.	Уход за жилищем (6ч)	6	3	3
4.	Помощники в доме (8 ч)	8	3	5
5.	Повторение (1 ч)			1
6.	Окна, стекла, зеркала в доме	4	4	
7.	<b>Насекомые и грызуны в доме -</b>	4	3	1
8.	Животные в городской квартире	4	2	2
9.	<b>Домашние животные (4ч)</b>	4	2	2
10.	<b>Одежда (7ч)</b>	7	3	4
11.	Обувь (4 ч)	4	2	2
12.	Белье (4 ч)	4	2	2
13.	Повторение (3ч)	3	1	1
14.	Итого	68	30	38

### 6 класс

#### Повторение (2 ч)

#### Наше жилище (6 ч)

Сезонные работы в доме, их виды. Подготовка квартиры (дома) к осени (зиме).

Работы во дворе, в огороде, на участке.

Подготовка материалов для утепления окон.

#### Квартира (4 ч)

Планировка квартиры. Функциональное назначение всех помещений квартиры и дома. План обустройства прихожей.

Гостиная, ее функциональное предназначение.

План обустройства (зонирование) гостиной.

Сон — здоровье человека. Режим сна. Почему снятся тревожные сны.

Обустройство комнаты для сна.

Помещение для детей (детская комната).

Кухня, ее оборудование.

Санузел и ванная комната. Правила безопасного поведения в кухне, в ванной комнате.

Подсобные помещения в квартире, их оборудование.

#### Растения в доме (4 ч)

Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений (3—5 видов). Экзотические растения (лимонное дерево, кактус и др.).

Цветущие растения, их особенности. Уход за декоративными растениями: подкормка, температурный, световой режим.

Посуда, ее виды для комнатных растений.

Интерьер комнаты с растениями.

Советы цветоводу.

Практические работы: посадка, полив, формирование кроны.

Огород на подоконнике (балконе). Практические работы: посадка лука, посев петрушки, укропа.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

Учащиеся должны иметь представление:

- о городском и сельском жилище;
- о коммунальных удобствах;
- о планировке жилища и функциональном назначении жилых помещений.

*1-й уровень*

Учащиеся должны знать:

- основные приемы ухода за жилищем.

Учащиеся должны уметь:

- содержать в порядке свое рабочее и спальное место в доме;
- ухаживать за растениями в доме (квартире).

*2-й уровень*

См. требования 1-го уровня с учетом индивидуальных возможностей учащихся.

### **Зимние вещи (4 ч)**

Зимняя одежда, использование, хранение шерстяных, меховых, кожаных вещей. Уход за зимней одеждой. Починка одежды. Штопка шерстяных вещей.

Правила использования зимней обуви.

### **Гигиена тела, нижнее белье (4 ч)**

Гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня). Ежедневные гигиенические процедуры. Режим смены белья, носков, чулок. Хранение вещей индивидуального пользования.

### **Кухня (10 ч)**

Оборудование кухни, оформление кухни.

Правила пользования газовой, электрической плитой, уход за ними (в сельской местности — дровяной или угольной печью, плитой).

Техника безопасности при пользовании нагревательными приборами.

Холодильник, морозильник (устройство, назначение). Правила пользования электроприборами на кухне. Соковыжималка, кофемолка, миксер, мясорубка, овощерезка. Техника безопасности, уход за бытовыми приборами.

Кухонная утварь (шумовка, дуршлаг, мясорубка, половник — разливная ложка, вилка большая, ножницы, ножи, лопаточки, прихватки, полотенце,

салфетки). Правила гигиены и хранения.

Деревянный инвентарь (разделочная доска, скалки, пестики, хлебница). Уход за деревянными изделиями.

Посуда на кухне (кастрюли, сковородки, миски). Правила ухода и хранения.

Предметы для сервировки стола (тарелки: суповая, для второго блюда, для десерта, блюдце). Чашки, ложки, вилки, ножи (назначение, чистка, хранение).

Посуда для круп и сыпучих продуктов, уход за ними.

## **Организация питания (11 ч)**

Питание и здоровье человека. Режим питания. Продукты питания, их виды.

Мясо и мясопродукты, правила хранения.

Молоко и молочные продукты, правила хранения.

Яйца, жиры, правила хранения.

Овощи, грибы, правила хранения.

Плоды, ягоды, правила хранения.

Мука, мучные продукты, крупа, правила хранения.

Меню на неделю (в зависимости от сезона и питательной ценности продуктов).

Полуфабрикаты, виды, способы приготовления.

Первичная обработка продуктов: мытье, очистка, размораживание, просеивание, переработка, нарезка. Техника безопасности при работе с режущими инструментами.

Тепловая обработка продуктов: варка, жарение, тушение, выпечка, запекание, приготовление на пару. Техника безопасности при работе с горячей посудой.

### **Практические работы**

Приготовление салатов; варка яиц и др.

Сервировка стола для завтрака и ужина.

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

### **Молоко (2 ч)**

Способы сохранения молока. Кипячение молока.

### **Практические работы**

Приготовление молочного супа, каши.

### **Домашние заготовки (6 ч)**

Продукты для длительного хранения.

Сушка, замораживание, соление, консервирование. Хранение и консервирование продуктов. Отравление консервированными продуктами, правила первой помощи.

Быстрое приготовление варенья.

### **Сад и огород (6 ч)**

Растения сада и огорода (повторение). Витаминная и пищевая ценность

овощей, фруктов, ягод.

Выращивание овощей, пряной зелени (семена, почва, посев).

Правила хранения овощей, фруктов, ягод.

Овощные и фруктовые салаты. Фруктовый мусс, коктейли из соков.

Экскурсии в сад, теплицы, на выставки.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

Учащиеся должны иметь представление:

- о полуфабрикатах и умении ими пользоваться;
- о способах использования, а также сохранения продуктов с помощью сушки, замораживания, консервирования.

*1-й уровень*

Учащиеся должны знать:

- правила первой помощи при отравлениях консервированными продуктами.

Учащиеся должны уметь:

- приготовить овощные и фруктовые салаты, муссы, соки и др.

*2-й уровень*

Учащиеся должны знать:

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.

Учащиеся должны уметь:

- отваривать яйца, макаронные изделия;
- готовить фруктовые, овощные салаты, соки и др.

### **6 класс**

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1.	<b>Повторение (2ч)</b>	2	2	
2.	<b>Наше жилище (6 ч)</b>	6	5	1
3.	<b>Квартира (4ч)</b>	4	4	
4.	<b>Растения в доме (4ч)</b>	4	2	2
5.	<b>Зимние вещи (4ч)</b>	4	3	1
6.	<b>Гигиена тела, нижнее</b>	4	4	
7.	<b>Стираем бельё (8ч)</b>	8	7	1
8.	<b>Кухня (10ч)</b>	10	10	
9.	<b>Организация питания</b>	10	5	5
10.	Молоко (2ч)	2	1	1
11.	<b>Домашние заготовки (6ч)</b>	6	6	
12.	<b>Сад и огород (6ч)</b>	6	5	1
13.	Повторение (2ч)	2		2
14.	Итого	68	54	14

### **7 класс**

**Повторение пройденного (2 ч)**

**Завтрак (6 ч)**

Ежедневное меню. Стоимость основных продуктов питания для семьи. Продуктовая корзина на неделю.

Завтраки (содержание меню). Бутерброды, их виды, правила приготовления. Каши (манная, гречневая).

Блюда из яиц (яичницы, омлеты). Напитки для завтрака (соки, чай, кофе). Посуда для завтрака. Сервировка стола.

### **Обед (12 ч)**

Меню на обед. Стоимость и расчет основных продуктов. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Быстрые обеды (мясные кубики, овощи, рыба, полуфабрикаты). Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (способы приготовления). Картофельные блюда. Овощные салаты (капуста, морковь, свекла и др.). Фруктовые напитки (виды, способы приготовления). Посуда для обеда, сервирование. Правила приема пищи.

### **Ужин (4 ч)**

Меню на ужин (стоимость и расчет основных продуктов). Холодный ужин (меню, способы приготовления). Горячий ужин (меню, способы приготовления). Напитки для ужина (теплое молоко, кефир, соки). Посуда для ужина. Сервировка стола.

### **Хлеб в доме (4 ч)**

История хлеба. Хлеб в сознании человека как ценность и мерило труда. Русский хлеб, его разновидности. Хранение хлеба. Блюда из хлеба на завтрак, обед, ужин.

### **Соль, сахар, пряности, приправы (2 ч)**

Соль, ее назначение для питания, использование соли. Сахар, его польза и вред. Виды пряностей и приправ в пище.

### **Праздник в доме (7 ч)**

Когда случаются праздники? Гостеприимство как форма нравственного поведения людей. Подготовка дома (квартиры) к приему гостей (уборка, гигиена помещений). Дизайн праздничного дома.

Этикетные правила приема гостей (внешний вид, речь, прием подарков, поздравлений, общение с гостями, проводы, прощание с гостями).

### **Праздничная кулинария (12 ч)**

Продукты для праздника, их расчетная стоимость. Меню для праздничного стола на 6 персон. Праздничная кулинария (3—5 рецептов). Праздничное тесто (пироги, пирожки, печенье). Сервирование праздничного стола (скатерть и салфетки из ткани, однородная посуда и столовые приборы). Украшения на столе (свечи, цветы).

### **Практическое занятие**

Приглашаем гостей (4 ч).

### **Ремонт в доме (13ч)**

Виды ремонта в доме. Косметический ремонт: подготовка помещений, закупка необходимых материалов и инструментов для ремонта потолков, стен, полов (перечень, стоимость).

Обновление потолков (правила, практические приемы). Оклеивание стен обоями (правила выбора обоев, расчет количества обоев на 14-18 квадратных метров. Подготовка обоев и клея, правила наклеивания обоев).

Краски для ремонта окон, дверей, пола (названия, распознавание банок, техника безопасности, правила окрашивания).

Мелкий технический ремонт (для мальчиков)

### **Повторение (2 ч)**

#### **7 класс**

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические
1.	Повторение (2ч)	2	1	1
2.	Завтрак (6ч)	6		6
3.	Обед (12ч)	12	7	5
4.	Ужин (4ч)	4		4
5.	Хлеб в доме (4ч)	4	3	1
6.	Соль, сахар, пряности, приправы (2ч)	2	2	
7.	Праздник в доме (8ч)	8	8	
8.	Праздничная кулинария (12ч)	12	6	6
9.	Ремонт в доме (16ч)	16	11	5
10.	Повторение (2ч)	2	2	
11.	Итого	68	40	28

#### **8 класс**

### **Разумная экономика (13 ч)**

Заработная плата. Бюджет семьи.

Планирование расходов в семье из четырех человек: коммунальные платежи; продуктовая корзина, цена, стоимость продуктов; приобретение одежды, обуви.

Вещи долговременного пользования, их стоимость.

Планирование денежных средств на отдых, непредвиденные расходы.

### **Практические работы**

Расчет показаний расхода электроэнергии с электросчетчика, расчет платы на коммунальные услуги, заполнение бланков для оплаты коммунальных услуг, платежные документы, их хранение.

Деловые игры

Планирование бюджета семьи.

### **Наши ближайшие планы (3 ч)**

Организация режима жизни членов семьи. Планирование рабочих и выходных дней. Распределение обязанностей на неделю. Анализ программы членов семьи на неделю (практическое занятие).

### **Здоровье (7 ч)**

Гигиенический режим, его правила в течение дня, недели. Источники заболеваний. Профилактика воспалительных и вирусных заболеваний.

Травмы, ожоги. Помоги себе сам при порезах, ожогах (правила, средства).

Правила вызова врача, «скорой помощи». Уход за больными в доме.

### **Домашняя аптека (6 ч)**

Правила комплектования аптеки. Средства от головной боли, кишечных расстройств, простудных заболеваний. Народные безопасные средства для дезинфекции, полоскания, ожогов и др.

Правила обращения с лекарствами. Хранение лекарств.

### **Повторение (2ч)**

### **Здоровье и красота (12 ч)**

Толкование пословиц о красоте и здоровье. Понятие о здоровом образе жизни. Здоровье, спорт, интересный досуг — красота жизни.

Внешняя красота, ее правила.

Гигиенические средства по уходу за кожей, волосами. Гигиенические правила для девушек. Гигиенические правила для юношей. Косметические средства для молодых людей. Гигиенические уголки в доме, их оборудование. Нравственное здоровье (культура поведения и речи, этика отношений между юношами и девушками, младшими и старшими).

### **Правила этики (8 ч)**

Поведение в общественных местах.

Правила обращения к незнакомому человеку. Правила знакомства.

Правила выхода из конфликтной ситуации в семье, с друзьями. Правила поведения в гостях.

### **Организация досуга (10 ч)**

Составление перечня любимых и нелюбимых занятий. Понятия *досуг, отдых, развлечения*.

Организация досуга как источника получения новых знаний. Досуг как укрепление и развитие здоровья. Досуг как развитие постоянного интереса к какому-то виду деятельности (коллекционирование, фотография, походы и др.).

Отдых, его разновидности. Отдых как часть режима дня, недели.

Бездеятельность и отдых. Развлечения, виды развлечений (прогулки, дискотеки, слушание музыки, настольные игры и др.).

### **Практические работы**

Самостоятельное планирование досуговой деятельности. Планирование отдыха для членов семьи.

Список любимых развлечений. Анализ и обсуждение практических работ.

### **Летний отдых (7 ч)**

Планирование отдыха на лето. Отпуск, расчет дней для отдыха. Бюджет отдыха. Выбор места для отдыха. Подготовка к путешествию: выбор транспорта, оплата проезда.

Собираем вещи для турпохода (перечень), отдыха на море (перечень), отдыха на даче (перечень), поездки к друзьям на неделю (перечень).

### **Повторение**

## 8 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1	<b>Разумная экономика</b> Бюджет семьи. Планирование расходов. Вещи долговременного пользования, накопления.	14	10	4
2	<b>Наши ближайшие планы.</b> Организация режима жизни членов семьи. Планирование рабочих и выходных дней. Распределение обязанностей на неделю	4	3	1
3	<b>Здоровье.</b> Гигиенический режим. Источники заболеваний. Профилактика заболеваний. Травмы, ожоги. Правила вызова врача, «скорой помощи». Уход за больным в доме.	8	6	2
4	<b>Домашняя аптечка.</b> Правила комплектования аптечки. Лекарственные средства. Правила обращения с лекарствами, их хранение.	5	4	1
5	<b>Здоровье и красота.</b> Понятие о здоровом образе жизни. Внешняя красота. Её правила. Гигиенические правила для девушек. Юношей. Косметические средства.	10	8	2
6	<b>Правила этики.</b> Правила поведения в общественных местах, гостях. Правила общения.	4	3	1
7	<b>Организация досуга</b> Понятия «досуг», «отдых», «развлечения». Отдых, его разновидности. Развлечения, их виды. Организация досуга.	15	10	5
8	<b>Летний отдых.</b> Планирование отдыха на лето. Бюджет отдыха. Подготовка к путешествию. Перечень вещей для отдыха.	8	4	4
	Итого:	68	48	20



## 9 класс

### Я и моя будущая семья (14 ч)

Работа с анонимными анкетами. Примерный перечень вопросов: хочешь ли ты иметь свою семью, в каком возрасте люди могут вступать в брак, что нужно для того, чтобы семья была дружной, какую (какого) ты хочешь иметь жену (мужа), чем должны заниматься в доме мужчины (мужья), женщины (жены) и др. Анализ анкет и тематика для бесед:

«Ты — будущая жена, мать».

«Ты — будущий муж, отец».

Закон о семье, о браке.

Когда создается семья (возраст, материальные предпосылки и др.).

Сиротство — что это такое? Государственные проблемы, связанные с сиротством. Кто виноват в сиротстве?

Бюджет молодой семьи, способы его пополнения домашней деятельностью (ремонт, шитье, вязание, плетение и др.).

### Как возникает семья (планирование семьи) (14 ч)

Ответственность отца и матери за жизнь и здоровье будущих детей.

Поведение супругов в семье, где ждут ребенка. Беременность. Роды.

Семейный уклад с появлением новорожденного в доме, распределение обязанностей.

Что нужно малышу. Уход за новорожденным. Питание новорожденного. Детский гардероб.

Чему нужно обучать малыша. Развитие ребенка первого года жизни.

Охрана здоровья: детская поликлиника. Здоровье родителей и ребенка. Если ребенка иметь рано (средства контрацепции, консультации медработников).

### Повторение (1 ч)

#### Основные требования к знаниям и умениям учащихся

##### 1-й уровень

Учащиеся должны иметь **представление**:

- об основных положениях (законах) о семье и браке.

Учащиеся должны знать:

- главные предпосылки, необходимые для создания семьи;
- основы нравственных устоев семьи;
- ролевые и половые функции мужчины и женщины (отца и матери) в семье.

##### 2-й уровень

Учащиеся должны **иметь представление о**:

- семье и браке;
- нравственных правилах создания семьи, ее финансового обеспечения;
- роли отца и матери в воспитании детей.

### Дела хозяйки дома (11 ч) — для девочек

Здоровье и экономное питание. Уютный быт (уборка помещений, гигиена предметов быта, навыки дизайна). Здоровье членов семьи, воспитание детей (повторение).

Инструменты домашней хозяйки. Волшебный сундучок (спицы, крючки

для вязания, нитки, пяльцы, наперсток и др.). Вторая жизнь старых вещей (обновление, украшение, ремонт).

### **Домашний умелец (11 ч) — для мальчиков**

Рабочее место домашнего умельца. Рабочие инструменты, их назначение: дрель, паяльник, набор отверток, набор водопроводных ключей, клещи, напильники, молотки, плоскогубцы и др.

Мелкий технический ремонт при утечке воды, засоре труб и др. Приемы укрепления карнизов (струн) для штор, занавесей. Сборка и ремонт мебели простой конструкции.

Косметический ремонт в доме (повторение).

### **Практические работы для мальчиков (15 ч)**

Работа в мастерских, в учебных, жилых, вспомогательных помещениях школы.

Ремонт мебели, замков, выключателей, замена электролампочек.

Санитарно-технические работы. Правила безопасной работы.

### **Совместные практические работы в саду, огороде, усадьбе (10 ч)**

Перекапывание земли, грядок. Работа в теплице, высадка семян, уход за растениями, животными и др. (в соответствии с условиями школы, интерната, детского дома, УВК и др.).

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

*1-й и 2-й уровни.*

По результатам практических видов деятельности с учетом индивидуальных возможностей учащихся.

## **9 класс**

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1	Я и моя будущая семья.	14	14	
2	Как возникает семья (планирование семьи).	14	14	
3	Домашний умелец.	24	4	20
4	Эстетика пришкольного участка	16	10	6
	Итого:	68	42	26

## **Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:**

### **Дидактический материал:**

изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

### **Оборудование:**

кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, скатерть и др.), тазики, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь, тостер), ковровиновая, грифельная и магнитная доски, уборочный инвентарь (тяпки, лопатки, грабли), лейки и др.