

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
Астраханской области для обучающихся, воспитанников с  
ограниченными возможностями здоровья  
«Общеобразовательная школа – интернат № 5»

РАССМОТРЕНО

методическим объединением  
учителей предметников

  
О.В. Отчик

Протокол № 1  
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель  
директора по УВР

  
А.А. Вострикова

Протокол № 1  
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ГКОУ АО «ОШИ № 5»

  
А.Н. Рыбин

Приказ № 136  
от «29» августа 2024 г.

Рабочая программа по учебному предмету

«Основы социальной жизни»

8 «А», 9 «А» классов

на 2024 – 2025 учебный год

Составитель: В.Э. Фролова  
учитель

Астрахань, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (*вариант 1*), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

ФАООП УО (*вариант 1*) адресована обучающимся с *легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)* с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Одна из важнейших задач современной школы – формирование **функционально грамотных людей, а именно:**

- готовых успешно взаимодействовать с изменяющимся окружающим миром;
- способных строить социальные отношения в соответствии с нравственно-этическими ценностями социума, правилами партнерства и сотрудничества;
- обладающих совокупностью умений, обеспечивающих оценку своей грамотности, стремление к дальнейшему образованию, самообразованию и духовному развитию.

Перед учителем школы стоят задачи: развить ребёнка. А это значит:

- развить мышление - из наглядно-действенного перевести его в абстрактно-логическое;
- развить речь, аналитико-синтетические способности, развить память и внимание, фантазию и воображение;
- пространственное восприятие;

- развить моторную функцию, способность контролировать свои движения, а также мелкую моторику;
- развить коммуникативные способности, способность общаться, контролировать эмоции, управлять своим поведением.

Решая эти задачи, педагог получает в результате **функционально развитую личность.**

Учебный предмет «Основы социальной жизни» ставит своей **целью** формирование у каждого ребенка необходимого запаса знаний, навыков и умений, направленных на социальную адаптацию выпускников школы, повышение уровня их общего развития, что позволит им уверенно чувствовать себя в жизни после окончания школы, успешно адаптироваться в ней и интегрироваться в социум.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития детей.

Основными **задачами** являются:

- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребёнка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений;
- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами

учреждений и предприятий социальной направленности;

- развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств личности.

## **ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА УРОКАХ «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»**

### **1. Патриотическое воспитание.**

1.1. Уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

### **2. Гражданское воспитание.**

2.1. Активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека.

2.2. Представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и много конфессиональном обществе.

2.3. Готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

### **3. Духовно-нравственное воспитание.**

3.1. Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора.

3.2. Готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков.

3.3. Активное неприятие асоциальных поступков;

### **4. Эстетическое воспитание:**

4.1. Восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов.

4.2. Понимание эмоционального воздействия искусства; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства.

## **6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия.**

6.1. Осознание ценности жизни.

6.2. Ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни. 6.3. Осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья.

6.4. Соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного образования.

6.5. Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям.

## **7. Трудовое воспитание.**

7.1. Установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности.

7.2. Способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

7.3. Проявление интереса к практическому изучению профессий и труда различного рода.

Рабочая программа определяет содержание и структуру учебного материала, последовательность его изучения, пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся.

Содержание программы направлено на достижение личностных и предметных результатов адаптированной образовательной программе

образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГКОУ АО «ОШИ №5».

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ЕГО УСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ**

Курс «Основы социальной жизни» направлен на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышения уровня общего развития учащихся.

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь.

Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т. д. «Питание» - один из важнейших разделов, который решает важные задачи: расширение кругозора детей о значении питания в жизни и деятельности человека; формирование знаний о разнообразии пищи, её целебных свойствах, о необходимости пищи для роста и развития детского организма, о культуре питания; формирование умений определить простейшими приёмами экологически чистые продукты: приготовить блюда, эстетически

оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов и украшение их.

Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии и др., строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда; воспитание желания и стремления к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду; развитие обоняния, осязания, ловкости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, сообразительности, воображения, фантазии, интереса к национальным традициям. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение, за исключением раздела «Экономика домашнего хозяйства», который изучается с 8 класса.

Курс «Основы социальной жизни» тесно связан с уроками русского языка (закрепление навыков письма при выполнении письменных работ), математики (математический расчет по формулам при подсчете семейного бюджета, продовольственной корзины, пересылки денежных средств и т.п.), географии (знакомство с географическим расположением мест производства продуктов питания, потребительских товаров, промышленных предприятий), биологии (знакомство с работой внутренних органов, принимающих участие в переваривании пищи, производство продуктов и товаров массового потребления), трудового обучения (выполнение практических заданий по уходу за одеждой).

Обучение носит коррекционную и практическую направленность, что определяется содержанием и структурой учебного предмета.

При изучении курса "Основы социальной жизни" используется разноуровневый подход к формированию знаний с учетом психофизического развития, и индивидуальных особенностей учеников.

Основными **формами и методами** обучения являются практические работы, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов, презентаций и др.

В зависимости от задач урока используются разные формы организации практических работ, как коллективные (бригадные), так и индивидуальные (выполнение учениками всех операций под руководством учителя).

На уроках отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также навыкам обращения со стеклянной посудой, кипятком и т. д.

## **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. На освоение программы в 8 и 9 классах отводится 2 часа в неделю.

В соответствии с учебным планом ГК ОУ АО «ОШИ №5» описание места учебного предмета («Основы социальной жизни») рассчитано на **34 учебные недели** и представлено в следующей таблице:

Класс	І четверть	ІІ четверть	ІІІ четверть	ІV четверть	Всего
	Количество часов				
<b>8</b>	18	14	20	16	<b>68</b>
<b>9</b>	18	14	20	16	<b>68</b>

Возможно увеличение или уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

При изучении темы «Питание» используется оборудование, приобретенное в рамках федерального проекта «Современная школа», национального проекта "Образование". Данное оборудование направлено на поддержку образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Тема	Оборудование
«ПИТАНИЕ»	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ножеточка на присосках</li> <li>● Нескользящий коврик для посуды</li> <li>● Нескользящая миска для смешивания продуктов</li> <li>● Миксер</li> <li>● Духовой шкаф</li> <li>● Плита индукционная</li> <li>● Кухонный комбайн</li> <li>● Набор столовых приборов</li> <li>● Холодильник</li> <li>● Микроволновая печь</li> <li>● Тостер</li> <li>● Соковыжималка</li> <li>● Электрическая мясорубка</li> <li>● Раковина</li> <li>● Кухонный гарнитур – напольные и навесные ящики для хранения</li> <li>● Набор посуды для приготовления с крышками (сковороды, кастрюли)</li> <li>● Комплект учебно-методических материалов по направлению «Поварское дело»</li> </ul>

### **ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Изучение «Основ социальной жизни» в 8 - 9 классах направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

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

#### **Планируемые личностные результаты:**

1. Формирование личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости.

2. Воспитание элементов трудовой культуры: организации труда, экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгого соблюдения правил техники безопасности.

3. Привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу, творческого отношения к домашнему труду.

4. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки;

5. Развитие всех познавательных процессов (памяти, мышления, внимания, воображения, речи).

### **Планируемые предметные результаты:**

1. Умение принимать посильное участие в повседневных делах дома (приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и др.)

2. Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, лекарства и др., соблюдая правила безопасности.

3. Представления об окружающих людях: профессиональные роли – учитель, врач, повар, продавец, водитель и др.; социальные роли – пассажир, покупатель, пешеход и др.

4. Умение соблюдать правила поведения дома, в школе, общественных местах.

5. Развитие межличностных и групповых отношений.

6. Представления о правах, обязанностях и др.

### **Минимальный уровень:**

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством учителя;

- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- самостоятельное приготовление несложных блюд (бутербродов, салатов);
- 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;
- пользование различными средствами связи, включая интернет-средства;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначение; решение типовых практических задач под руководством педагога посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);
- знание основных правил ухода за больным;
- знание названий организаций социальной направленности и их назначения.

#### **Достаточный уровень:**

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды и т. п.);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством учителя с целью обращения в различные организации социального назначения.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Личная гигиена и здоровье.**

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

*Гигиена тела.* Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

*Закаливание организма.* Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

*Гигиена зрения.* Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

*Особенности соблюдения личной гигиены подростком.* Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

*Негативное влияние на организм человека вредных веществ:* табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

## **Охрана здоровья**

*Виды медицинской помощи:* доврачебная и врачебная.

*Виды доврачебной помощи.* Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

*Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.* Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

*Первая помощь.* Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

*Уход за больным на дому:* переодевание, умывание, кормление больного.

*Виды врачебной помощи на дому.* Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

*Документы, подтверждающие нетрудоспособность:* справка и листок нетрудоспособности.

Жилище

### **Общее представление о доме.**

Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики). *Комнатные растения.* Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

*Домашние животные.* Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

*Планировка жилища.* Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

*Кухня.* Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

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

*Кухонное белье:* полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань).

### **Правила ухода и хранения:**

*Кухонная мебель:* названия, назначение.

*Санузел и ванная комната.* Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

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

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

*Убранство жилых комнат:* зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

### **Уход за жилищем.**

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

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

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

### **Одежда и обувь**

*Одежда.* Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

*Значение опрятного вида человека.*

*Уход за одеждой.* Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и

приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

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

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

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

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

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

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

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

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

## **Питание**

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

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

*Виды продуктов питания.* Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, 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 и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## **Транспорт**

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

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

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

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

*Междугородний автотранспорт.* Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

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

**Почта.** Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

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

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

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

*Телефонная связь.* Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

*Интернет-связь.* Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

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

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

*Образовательные учреждения.* Дошкольные образовательные учреждения. Учебно-образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования. *Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.* Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

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

### **Семья**

*Родственные отношения в семье.* Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между

родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

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

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

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

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

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

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

### Календарно – тематическое планирование 8 «А» класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
	<b>I четверть</b>	<b>18</b>	
	<b><i>Личная гигиена.</i></b>	<b>2</b>	
1	Правила ухода за кожей лица с помощью косметических средств.	1	
2	Средства и способы укрепления здоровья. Влияние вредных привычек на кожу подростка.	1	
	<b><i>Транспорт.</i></b>	<b>4</b>	
3-4	Междугородний автотранспорт. Автовокзал и его назначение. Расписание.	2	

	Основные областные маршруты. Порядок приобретения билетов.		
5-6	Значение водного транспорта. Основные маршруты, расписание, порядок приобретения билетов.	2	
7-16	<b><i>Питание. Уроки по разделу «Поварское дело». Приложение № 4</i></b>	<b>10</b>	
	<b><i>Культура поведения</i></b>	<b>2</b>	
17	Культура общения юноши и девушки.	1	
18	Внешний вид молодых людей.	1	
	<b>II четверть</b>	<b>14</b>	
	<b><i>Жилище</i></b>	<b>4</b>	
19-20	Интерьер. Виды уборки квартиры (повторение). Освещение в квартире.	2	
21	Правила и периодичность уборки кухни. Моющие средства и приспособления.	1	
22	Правила и периодичность уборки санузла. Техника безопасности работы с моющими средствами.	1	
	<b><i>Семья и семейные отношения</i></b>	<b>4</b>	
23-24	Семья, любовь, брак. Разбор ситуаций.	2	
25-26	Правила ухода за грудным ребенком. Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек, одежды. Одевание и пеленание ребенка.	2	
	<b><i>Одежда и обувь</i></b>	<b>4</b>	
27	Подбор одежды по размеру. Размеры обуви головных уборов, одежды.	1	
28	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1	
29-30	Глажение фасонного белья (рубашки)	2	
	<b><i>Средства связи</i></b>	<b>2</b>	
31	Телефонная связь. Виды телефонной связи. Номера телефонов экстренной службы.	1	
32	Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы. Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь.	1	
	<b>III четверть</b>	<b>20</b>	
33-52	<b><i>Питание. Уроки по разделу «Поварское дело». Приложение № 4</i></b>	<b>20</b>	

	<b>IV четверть</b>	<b>16</b>	
	<b><i>Медицинская помощь</i></b>	<b>4</b>	
53-54	Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе.	2	
55-56	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.	2	
	<b><i>Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи</i></b>	<b>3</b>	
57	Основные статьи расходов. Планирование расходов на день, неделю.	1	
58	Содержание жилища: оплата жилой площади и коммунальных услуг.	1	
59	Расчет электроэнергии. Снятие показаний счетчика и заполнение квитанций.	1	
	<b><i>Торговля</i></b>	<b>4</b>	
60	Рынки и их виды. Различия рынка от магазина.	1	
61	Сравнение рыночных цен и магазинных на одно и тоже название товара.	1	
62-63	Правила совершения покупок на рынке. Экскурсия на рынок.	2	
	<b><i>Учреждения и организации. Трудоустройство</i></b>	<b>5</b>	
64	Гос. учреждения: адрес администрации города и области.	1	
65-66	Куда обращаться с вопросами и просьбами к работникам администрации и других учреждений; Отделения и отделы по трудоустройству.	2	
67	Трудоустройство. Временная и постоянная занятость.	1	
68	Самозанятость. Работа во время каникул.	1	

## Календарно-тематическое планирование 9 «А» класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
	<b>І четверть</b>	<b>18</b>	
	<i><b>Личная гигиена</b></i>	<b>2</b>	
1	Правила личной гигиены – основа образа жизни человека.	1	
2	Пагубное влияние табакокурения и алкоголя на организм человека. Беседа с врачом.	1	
	<i><b>Транспорт</b></i>	<b>4</b>	
3	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Службы аэровокзала, аэропорта. Порядок приобретения билетов и их возврат.	1	
4-5	Порядок досмотра пассажира и его вещей, ограничения в перевозке багажа, регистрация рейсов. Маршруты самолётов.	2	
6	Виды пригородного транспорта в Астрахани и Астраханской области. Планирование удобного маршрута домой.	1	
7-16	<i><b>Питание. Уроки по программе «Поварское дело».</b></i> <i><b>Приложение № 5</b></i>	<b>10</b>	
	<i><b>Одежда и обувь</b></i>	<b>2</b>	
17	Стиль в одежде. Мода. Варианты обновления одежды (замена и добавление мелких деталей). Аксессуары.	1	
18	Химчистка на дому. Выведение различных пятен в домашних условиях.	1	
	<b>ІІ четверть</b>	<b>14</b>	
	<i><b>Средства связи</b></i>	<b>2</b>	
19	Посылки. Правила упаковки и отправление.	1	
20	Виды денежных переводов. Заполнение бланков.	1	
	<i><b>Жилище</b></i>	<b>2</b>	
21	Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире.	1	
22	Сохранение жилищного фонда (косметический ремонт: оклейка стен обоями, окраска дверей и окон).	1	

	<b><i>Культура поведения</i></b>	<b>2</b>	
23	Прием гостей. Сюжетно-ролевые игры «Вечеринка», «Чашка чая»	1	
24	Культура поведения в общественных местах.	1	
	<b><i>Семья и семейные отношения.</i></b>	<b>4</b>	
25	Основы семейных отношений. Традиции, досуг, организация отдыха.	1	
26	Брак и развод.	1	
27-28	Семейные ситуации. Ролевая игра.	2	
	<b><i>Бюджет семьи</i></b>	<b>4</b>	
29	Основные статьи расходов (повторение).	1	
30	Расходы на удовлетворение культурных потребностей.	1	
31	Экономия в домашнем хозяйстве. Сбережения. Виды вкладов.	1	
32	Государственное страхование (обязательное, накопительное). Кредит. Оформление кредита.	1	
	<b>III четверть</b>	<b>20</b>	
33-47	<b><i>Питание. Уроки по программе «Поварское дело». Приложение № 5</i></b>	<b>15</b>	
	<b><i>Охрана здоровья</i></b>	<b>3</b>	
48	Инфекционные заболевания. Меры по их предупреждению. Профилактика.	1	
49-50	Уход за больным. Листок нетрудоспособности. Экскурсия в городскую поликлинику.	2	
	<b><i>Торговля</i></b>	<b>2</b>	
51	Виды рынков. Отделы рынков. Особенности приобретения товаров на рынке.	1	
52	Экскурсия на рынок.	1	
	<b>IV четверть</b>	<b>16</b>	
53	Ярмарки, их виды и значение. Время и место проведения.	1	
54	Торговые центры, их виды и назначение	1	

	<b>Учреждения</b>	<b>6</b>	
55-56	Предприятия бытового обслуживания г.Астрахани	2	
57-58	Промышленные предприятия. Виды выпускаемой продукции. Название рабочих специальностей.	2	
59-60	Экскурсия на предприятие бытового обслуживания.	2	
	<b>Трудоустройство</b>	<b>8</b>	
61-62	Ситуация выбора после окончания 9 класса. ПУ г.Астрахани. Оформление документов при поступлении.	2	
63-64	Биржа по трудоустройству. Оформление на работу. Заявление, доверенность.	2	
65-66	Экскурсия в ПУ.	2	
67-68	Итоговое занятие. Рекомендации учителя.	2	

### **Учебно-методический комплекс**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Оснащение учебного процесса имеет свои особенности, определяемые спецификой предмета «Основы социальной жизни». Занятия проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для обучающихся и для оборудования, обеспечивающего выполнение в полном объеме всех видов практических работ, предусмотренных программой. При организации кабинета учитываются санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности.

#### **Технические средства обучения**

1. Демонстрационный материал в соответствии с основными темами программы обучения.
2. Карточки с заданиями, перфокарты.
3. Раздаточный материал.
4. Дидактический материал.

5. Презентации.
6. Оборудование кабинета.

### **Компьютерные технологии**

1. ноутбук, телевизор

### **Интернет-ресурсы**

1. <http://www.ed.gov.ru>,
2. <http://www.rfh.ru>,
3. <http://www.int-edu.ru>,
4. <http://www.rsl.ru>,
5. <http://www.gnpbu.ru>,
6. <http://www.pedlib.ru>,
7. <http://dic.academic.ru>,
8. <http://dictionary.fio.ru>

## **Приложение к рабочей программе «Основы социальной жизни»**

### **Раздел «Поварское дело»**

**Целью** данного раздела является:

- формирование у обучающихся навыков использования современных кулинарных технологий;

- формирование у обучающихся необходимого запаса знаний, навыков и умений, направленных на социальную адаптацию выпускников школы;
- воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, целеустремленности, ответственности за результаты своей деятельности;
- получение опыта применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

#### **Задачи:**

- воспитание элементов трудовой культуры: организация рабочего места, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение техники безопасности;
- привитие желания и стремления готовить доброкачественную и полезную пищу;
- приобретение опыта применения технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

#### **Общая характеристика раздела «Поварское дело»**

Адаптированная рабочая программа факультативных занятий «Поварское дело» требует активного использования знаний, полученных в ходе изучения образовательных предметов.

Программа знакомит с работой повара, приготовлением разных блюд. Занятия предусматривают повышение общего развития учащихся, формирование у них знаний, умений и навыков, способствующих социальной адаптации.

В практической деятельности развивается речь учащихся. Программа направлена на привития детям уважения к труду взрослых, их старших товарищей и сверстников.

Обязательным при обучении поварскому делу является изучение и соблюдение правил безопасности работы и гигиены труда при работе на всех рабочих местах, при проведении практических работ.

При обучении по данной программе следует использовать специфические для коррекционной школы методы: опираться на наглядные примеры, включать в подготовительную деятельность предметные действия, проговаривание вслух, работать с демонстрационными технологическими картами, дидактическими играми. Особое внимание уделяется повторению учебного материала.

Программа предусматривает дифференцированный подход к обучению.

### **Результаты изучения курса**

#### **Должны знать**

- Назначение резиновых перчаток, правила бережного обращения;
- Виды и назначение кухонной посуды;
- Правила ухода за кухонной посудой;
- Технологию приготовления первых блюд;
- Технологию приготовления вторых блюд;
- Технологию приготовления холодных закусок и салатов;
- Виды напитков;
- Составлять меню;

#### **Должны уметь:**

- Планировать работу по инструкции учителя;
- Ориентироваться по образцу выполненной операции;
- Коллективное планирование последовательности рабочих операций.

#### **Должны уметь готовить:**

- Холодные блюда;
- Салаты из свежих и вареных овощей;
- Первые блюда из овощей;
- Вторые блюда из овощей;
- Готовить блюда из круп и макаронных изделий.

## Содержание раздела «Поварское дело»

### **Введение**

Введение в профессию, общие сведения о профессии. Общие сведения о физиологии питания. Санитарные требования к содержанию предприятий общественного питания. Личная гигиена работников предприятий общественного питания.

### **Холодные блюда.**

Технологический процесс приготовления и отпуска холодных блюд и закусок, бутербродов. Определять качество поступившего сырья, приготавливать бутерброды, салаты, холодные блюда и закуски с соблюдением технологического процесса. Определять качество приготовленных блюд. Приготовление, оформление и подача к столу.

**Заготовка продуктов впрок.** Маринованные овощи. Правила маринования овощей. Компоты, значение в питании, приготовление, доведение до вкуса, подача.

### **Блюда из яиц.**

Технологический процесс приготовления и отпуска блюд из яиц и творога. Требования к качеству блюд из яиц. Сроки хранения. Определять качество поступившего сырья, приготавливать блюда из яиц с соблюдением технологического процесса. Определять качество приготовления блюд. Варка яиц Жареные и запеченные блюда из яиц . Приготовление, оформление и подача к столу.

**Молоко и молочные продукты.** О полезных свойствах молока правилах кипячения, приготовлении кисломолочных продуктов. Готовить каши на молоке.

### **Первые блюда.**

Технологический процесс приготовления супов; условия и сроки хранения. Практика: приготавливать супы в соответствии с технологическим

процессом. Требования к качеству супов. Приготовление, оформление и подача к столу.

### **Вторые блюда из круп.**

Технологический процесс приготовления и отпуска блюд и гарниров из круп, бобовых и макаронных изделий, расчет выхода каш различной консистенции из 1 кг крупы. Условия и сроки хранения блюд из круп, бобовых и макаронных изделий Приготавливать блюда из круп, бобовых и макаронных изделий с соблюдением технологического процесса. Подготовка круп к варке Каша. Блюда из каш. Приготовление, оформление и подача к столу.

### **Вторые блюда из овощей.**

Блюда и гарниры из картофеля, овощей. Технологический процесс приготовления и отпуска блюд и гарниров из овощей. Требования к качеству овощных блюд. Сроки хранения. Приготавливать блюда и гарниры из овощей. Требования к качеству овощных блюд. Сроки хранения. Приготовление, оформление и подача к столу.

### **Напитки**

Технологический процесс приготовления и отпуска горячих и холодных напитков. Определять качество поступившего сырья, приготавливать горячие и холодные напитки с соблюдением технологического процесса. Приготовление, оформление и подача к столу.

### **Изделия из теста**

Технология приготовления дрожжевого теста и изделий из него. Приготовление различных видов бездрожжевого теста и изделий из него Приготавливать дрожжевое и бездрожжевое тесто и изделия из него. Приготовление, оформление и подача к столу.

### **Итоговые занятия.**

Обобщение изученного материала.

## **Приложение 4**

## 8 класс

### Планируемые предметные результаты

#### Минимальный уровень:

- осуществлять обработку и приготовление овощей для заготовок;
- знать способы заготовки овощных продуктов; последовательность приготовления блюд; правила безопасности при использовании механических и электроприборов при приготовлении пищи;
- обрабатывать и кипятить крышки для консервирования;
- готовить салаты из овощей;
- отваривать готовые пельмени и вареники;
- формовать печенье из песочного теста.

#### Достаточный уровень:

- последовательно выполнять технологические операции при подготовке сырья и приготовлении блюд;
- понимать и выполнять санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюда и к использованию химических средств для ухода за посудой и техникой;
- приготовления и формования мучных изделий из различных видов теста; готовить вареники и пельмени. Готовить оладушки из готового теста. Сервировать стол с учётом конкретного меню. Готовить песочное печенье.
- работать по технологической карте, соблюдать последовательность приготовления блюд; правила безопасности при использовании механических и электроприборов при приготовлении пищи;
- оценивать качество блюд;
- уметь оказать первую помощь при порезах, ожогах паром или кипятком;
- знать правила экономии электроэнергии при использовании бытовых приборов;

- осознавать необходимость общественно полезного труда как условия безопасной и эффективной социализации;
- использовать в повседневной жизни социально–бытовые умения и навыки, связанные с приготовлением еды;
- развивать трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности.

**Учащиеся должны знать:**

- способы заготовки овощей на зиму;
- технологию засолки овощей на зиму;
- технологию изготовления варенья из яблок;
- классификацию сортности муки;
- виды теста, технологию приготовления изделий из видов бездрожжевого теста;
- правила техники безопасности при приготовлении изделий из теста.
- особые требования к условиям хранения полуфабрикатов, мучных кулинарных, кондитерских и булочных изделий.

**Учащиеся должны уметь:**

- выполнить засолку огурцов, помидоров;
  - выполнить приготовление варенья из яблок;
  - выполнить консервирование овощного салата способом стерилизации;
  - выполнить приготовление различных видов бездрожжевого теста (для блинчиков, пельменей, домашней лапши, оладий, песочного печенья, хвороста);
- выполнить приготовление изделий из бездрожжевого теста;
- соблюдать условия хранения полуфабрикатов, мучных кулинарных, кондитерских и булочных изделий.

**Содержание учебного предмета**

**Правила поведения**

Правильно вести себя за столом во время приёма еды (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу); не оставлять на производственном столе после использования ножи, вилки, ложки, тарелки, разделочные доски; соблюдать правила безопасного поведения на кухне.

### **Кухонные принадлежности**

Повторять и закреплять виды посуды и кухонного инвентаря. Соблюдать правила при использовании посуды: не ставить на плиту (варочную панель) пустые кастрюли, не соскабливать остатки пищи ножом или ложкой. Знакомиться с правилами ухода за различными видами посуды. Закреплять и практически применять знания при уходе за кухонными принадлежностями в практической деятельности. Подготовка посуды и инвентаря к приготовлению еды. Приведение помещения кухни в соответствие с требованиями санитарии и гигиены.

**Бытовая техника** (варочная панель, кухонный комбайн, планетарный миксер, СВЧ-печь, духовой шкаф). Знакомиться с бытовой техникой. Знать роль бытовой техники в жизнедеятельности человека. Давать характеристику бытовым приборам. Определять значение своевременного ухода за бытовой техникой. Уметь правильно работать с бытовой техникой, согласно инструкции. Классифицировать разнообразие моющих средств. Уметь работать с бытовой техникой с соблюдением правил безопасности в практической деятельности.

## **Питание**

### **Заготовка плодов и овощей на зиму**

Значение плодов и овощей в питании человека. Способы заготовки плодов и овощей на зиму. Подготовка тары для засолки овощей. Особенности консервирования стерилизацией. Приготовление различных салатов на зиму из овощей, их стерилизация. Засолка огурцов, помидоров, засолка и квашение капусты.

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.

**Практические работы:** засолка огурцов, засолка помидоров, приготовление варения из яблок, приготовление овощного салата и его стерилизация.

### **Изделия из теста**

**Бездрожжевое тесто.** Мука, ее сортность, классификация видов теста.

Виды бездрожжевого теста, тесто для блинчиков, их выпекание, подача с маслом, сметаной; расчет количества продуктов на данное число порций блинчиков.

**Тесто для пельменей и домашней лапши.** Познавательные сведения о данных изделиях из теста, посуда и инвентарь для их приготовления.

Пельмени с мясом, картофелем, варка и подача их на стол.

Домашняя лапша: приготовление теста для нее, его разделка и подсушивание в духовке.

**Бездрожжевое тесто для оладий.** Особенности приготовления теста для оладий, выпекание их и подача на стол со сметаной.

**Песочное тесто, изделия из него.** Познавательные сведения о песочном тесте, посуда и инвентарь для его приготовления, требования к его качеству.

Песочное тесто для печенья, хвороста, коржиков, разделка его и выпекание.

Особые требования к условиям хранения полуфабрикатов, мучных кулинарных, кондитерских и булочных изделий.

**Практические работы:** приготовление блинчиков и подача их с маслом, со сметаной; приготовление пельменей с мясом и картофелем; приготовление домашней лапши; приготовление оладий; выпекание песочного печенья, коржиков, хвороста.

При изучении темы «Питание» используется оборудование, приобретенное в рамках федерального проекта «Современная школа», национального проекта "Образование".

Тема	Оборудование
<p><b>ПИТАНИЕ:</b>  Значение овощей и фруктов в жизни человека. Витамины.  Кухонные механические приспособления и электрооборудование для домашнего консервирования.  Заготовка овощей.  Консервирование и замораживание фруктов. Варение и джемы.  Виды теста. Способы и последовательность приготовления изделий из теста.  Выпечка блинов и оладьев.  Приготовление пельменей и вареников  Приготовление песочного печенья.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ножеточка на присосках</li> <li>● Нескользящий коврик для посуды</li> <li>● Нескользящая миска для смешивания продуктов</li> <li>● Миксер</li> <li>● Духовой шкаф</li> <li>● Плита индукционная</li> <li>● Кухонный комбайн</li> <li>● Набор столовых приборов</li> <li>● Холодильник</li> <li>● Микроволновая печь</li> <li>● Тостер</li> <li>● Соковыжималка</li> <li>● Электрическая мясорубка</li> <li>● Раковина</li> <li>● Кухонный гарнитур – напольные и навесные ящики для хранения</li> <li>● Набор посуды для приготовления с крышками (сковороды, кастрюли)</li> <li>● Комплект учебно-методических материалов по направлению «Поварское дело»</li> </ul>

### Календарно-тематическое планирование 8 «А» класс (30 ч)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Правила поведения за столом. Правила безопасного поведения на кухне.	1	
2	Мебель и оборудование. Посуда, приборы, приспособления. Уход за кухонной посудой (повторение).	1	
3	Понятие о рациональном сбалансированном питании. Требования к режиму питания.	1	
4	Значение плодов и овощей в питании человека. Способы заготовки плодов и овощей на зиму. Особенности консервирования стерилизацией	1	
5-6	Подготовка тары для засолки овощей. Засолка	2	

	огурцов, помидоров.		
7-8	Приготовление различных салатов на зиму из овощей, их стерилизация.	2	
9-10	Особенности заготовки фруктов на зиму. Приготовление варения и компота из яблок.	2	
11-12	Знакомиться с бытовой техникой. Планетарный миксер. Техника безопасности при пользовании планетарным миксером.	2	
13-14	Знакомиться с бытовой техникой: духовой шкаф. Уход за бытовой техникой. Правила безопасности при работе с духовым шкафом.	2	
15	Мука, ее сортность, классификация видов теста. Познавательные сведения об изделиях из теста, посуда и инвентарь для их приготовления.	1	
16	Виды бездрожжевого теста, тесто для блинчиков, их выпекание, подача, расчет количества продуктов на данное число порций блинчиков.	1	
17-18	Особенности приготовления теста для оладий, выпекание их и подача на стол со сметаной.	2	
19-20	Пельменное тесто. Приготовление, способы лепки пельменей и вареников. Пельмени с мясом, картофелем, варка и подача их на стол.	2	
21-22	Домашняя лапша: приготовление теста для нее, его разделка и подсушивание в духовке.	2	
23-24	Познавательные сведения о песочном тесте, посуда и инвентарь для его приготовления, требования к его качеству.	2	
25-26	Песочное тесто для печенья, хвороста, коржиков, разделка его и выпекание.	2	
27-28	Особые требования к условиям хранения полуфабрикатов, мучных кулинарных, кондитерских и булочных изделий.	2	
29-30	Сервировка стола с учётом конкретного меню Выполнение калькуляции меню (из расчёта на 2-3 порции).	2	

## Приложение 5

### 9 класс

#### Планируемые предметные результаты

##### Минимальный уровень:

- осуществлять обработку фруктов и овощей;
- знать способы приготовления диетических блюд; последовательность приготовления блюд; правила безопасности при использовании механических и электроприборов при приготовлении пищи;

- обрабатывать овощи и фрукты для дальнейшего их приготовления. Готовить простые диетические салаты из овощей. Приготовить полуфабрикаты (котлеты, замороженная пицца, суп в пакетике).

#### **Достаточный уровень:**

- последовательность выполнения технологических операций при подготовке сырья и приготовлении блюд;
- понимать и выполнять санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления блюда и к использованию химических средств для ухода за посудой и техникой;
- приготовления свежее выжатых соков и фруктовых пюре, драников. Готовить плов, пиццу, суп-пюре. Сервировать стол с учётом конкретного меню. Работать по технологической карте, соблюдать последовательность приготовления блюд; правила безопасности при использовании механических и электроприборов при приготовлении пищи;
- оценивать качество блюд;
- уметь оказать первую помощь при порезах, ожогах паром или кипятком;
- знать правила экономии электроэнергии при использовании бытовых приборов;
- осознавать необходимость общественно полезного труда как условия безопасной и эффективной социализации;
- использовать в повседневной жизни социально–бытовые умения и навыки, связанные с приготовлением еды;
- развивать трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности.

#### **Учащиеся должны знать:**

- о правилах и основах рационального питания и питания детей ясельного возраста;

- о необходимости соблюдения гигиены питания, полезных продуктах питания и их происхождении;
- о культуре труда; о пищевой ценности продуктов;
- правила санитарии, гигиены, безопасной работы с инструментами и электрооборудованием;
- виды и кулинарные свойства продуктов;
- основы технологии приготовления пищи;
- о культуре застолья, правил приёма гостей, сервировке стола;

#### **Учащиеся должны уметь:**

- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирать наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания кухонь народов мира, сознательно выбирая наиболее полезные;
- применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья.

### **Содержание учебного предмета**

#### **Правила поведения**

Правильно вести себя за столом во время приёма еды (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу); не оставлять на производственном столе после использования ножи, вилки, ложки, тарелки, разделочные доски; соблюдать правила безопасного поведения на кухне.

#### **Кухонные принадлежности**

Повторять и закреплять виды посуды и кухонного инвентаря. Соблюдать правила при использовании посуды: не ставить на плиту (варочную панель) пустые кастрюли, не соскабливать остатки пищи ножом

или ложкой. Знакомиться с правилами ухода за различными видами посуды. Закреплять и практически применять знания при уходе за кухонными принадлежностями в практической деятельности. Подготовка посуды и инвентаря к приготовлению еды. Приведение помещения кухни в соответствие с требованиями санитарии и гигиены.

**Бытовая техника** (варочная панель, кухонный комбайн, планетарный миксер, СВЧ-печь, духовой шкаф). Знакомиться с бытовой техникой. Знать роль бытовой техники в жизнедеятельности человека. Давать характеристику бытовым приборам. Определять значение своевременного ухода за бытовой техникой. Уметь правильно работать с бытовой техникой, согласно инструкции. Классифицировать разнообразие моющих средств. Уметь работать с бытовой техникой с соблюдением правил безопасности в практической деятельности.

## **Питание**

### **Диетическое питание**

Из чего состоит наша пища. Что нужно есть в разное время года. Как правильно питаться, из чего состоит питание детей ясельного возраста. Овощи, ягоды и фрукты – самые витаминные продукты. Гигиена школьника. Где и как готовят пищу. Что можно приготовить, если выбор продуктов ограничен. Продукты быстрого приготовления. Всегда ли нужно верить рекламе? Вредные и полезные привычки в питании. Неполезные продукты: сладости, чипсы, напитки, торты. Диетические блюда. Для чего нужно диетическое питание. Приготовление диетических блюд.

**Практические работы:** приготовление свежих фруктовых соков и пюре, приготовление диетических салатов.

### **Кухня народов мира**

Соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и косынки, сменной обуви.

Традиционные белорусские блюда. Использование картофеля в белорусской кулинарии.

Блюда белорусской кухни. Драники, практическое занятие.

Блюда французской кухни. Особенности французской кухни. Салаты. Супы. Использование сельдерея, лука-порей, шампиньонов. Крем-суп, практическое занятие.

Особенности восточной кухни. Специи. Специи как основной ингредиент. Связь религиозных традиций. Плов, практическое занятие.

Особенности итальянской кухни. Сыр, пряности и томаты в итальянской кулинарии.

Итальянские паста и пицца. Пицца, практическое занятие.

**Практические работы:** приготовление драников, приготовление крем-супа, приготовление плова, приготовление пиццы.

При изучении темы «Питание» используется оборудование, приобретенное в рамках федерального проекта «Современная школа», национального проекта "Образование".

Тема	Оборудование
<p><b>ПИТАНИЕ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Значение овощей и фруктов в жизни человека. Витамины.</li><li>• Кухонные механические приспособления и электрооборудование</li><li>• Диетические блюда</li><li>• Технология приготовления национальных блюд народов мира</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ножеточка на присосках</li><li>• Нескользкий коврик для посуды</li><li>• Нескользкая миска для смешивания продуктов</li><li>• Миксер</li><li>• Духовой шкаф</li><li>• Плита индукционная</li><li>• Кухонный комбайн</li><li>• Набор столовых приборов</li><li>• Холодильник</li><li>• Микроволновая печь</li><li>• Соковыжималка</li><li>• Кухонная машина</li><li>• Тёрка</li><li>• Электрическая мясорубка</li><li>• Раковина</li><li>• Кухонный гарнитур – напольные и навесные ящики для хранения</li><li>• Набор посуды для приготовления с крышками</li></ul>

	(сковороды, кастрюли) • Комплект учебно-методических материалов по направлению «Поварское дело»
--	--

## Календарно-тематическое планирование

### 9 «А» класс (25 часов)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Питание. Понятие о рациональном сбалансированном питании.	1	
2	Требования к режиму питания. Диетическое питание.	1	
3	Рецепты диетических блюд. Значение для здоровья человека.	1	
4	Питание детей ясельного возраста	1	
5	Приготовление натуральных соков и фруктово-овощного пюре.	1	
6	Приготовление диетических салатов	1	
7	Личная гигиена работников общественного питания. Хранение и маркировка продуктов.	1	
8	Основные требования использованию и хранению кухонного оборудования (повторение)	1	
9	Блюда для завтрака, обеда, ужина. Составление меню. Расчет стоимости продуктов для завтрака, обеда, ужина	1	
10	Приготовление блюда по рецепту, запись рецепта. Подбор по рецепту необходимых продуктов, посуды, инструментов.	1	
11	Знакомство с блюдами и кухнями народов мира. Особенности приготовления блюд. Использование электрооборудования.	1	
12	Белорусская кухня. Роль овощей в белорусской кухне. Использование картофеля в блюдах.	1	
13	Блюда из картофеля. Приготовление белорусских драников.	1	
14	Особенности французской кухни. Салаты, супы, сыры и грибы.	1	
15-16	Приготовление супа-пюре (крем-суп) из шампиньонов.	2	
17	Традиционная кухня восточных стран. Связь религиозных традиций.	1	
18	Что такое специи? Разнообразие специй,	1	

	использование их в кулинарии.		
19-20	Узбекская национальная кухня. Приготовление плова.	2	
21	Особенности итальянской кухни. Сыр, пряности, томаты в кулинарии.	1	
22	Паста и пицца в итальянской кухне.	1	
23-24	Приготовление пиццы с различными начинками на дрожжевом тесте.	2	
25	Составление меню праздничного стола. Классификация блюд. Сервировка праздничного стола с учётом конкретного меню. Выполнение калькуляции меню (из расчёта на 4 порции)	1	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133600552358087161194895262509558337786447861766

Владелец Рыбин Александр Николаевич

Действителен с 21.03.2024 по 21.03.2025