



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Нижегородской области

Управление образования, молодежной политики и спорта администрации

Пильнинского муниципального округа

Муниципальное общеобразовательное учреждение

Курмышская средняя школа

Приложение 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора от

21.08.2023г. № 77 С.Д.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному предмету  
**«Основы социальной жизни»**

**(Индивидуально – групповые занятия)**

**5 -9 класс  
вариант 1**

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

с. Курмыш 2023г

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Нижегородской области**

**Управление образования, молодежной политики и спорта администрации Пильнинского  
муниципального округа**

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Курмышская средняя школа**

Приложение 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора от  
21.08.2023г. № 77 О.Д.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету  
«Основы социальной жизни»**

**(Индивидуально – групповые занятия )**

**7 класс  
вариант 1**

**(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)**

с. Курмыш 2023г

Курс ИГЗ «Основы социальной жизни» относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учетом возрастных и специфических особенностей и возможностей детей.

### **Цель программы ИГЗ «Основы социальной жизни»:**

Подготовить воспитанников к успешному включению в жизнь, в трудовую деятельность путем проведения индивидуально – групповых занятий.

### **Программа решает следующие задачи:**

✚ формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства,

✚ Формировать навыки и умения ориентировки в окружающем их мире, необходимых в самостоятельной жизни;

✚ развивать самостоятельность и способности учащихся решать творческие и изобретательные задачи;

✚ Развивать способности адекватного и наиболее полного познания себя и других людей, диагностировать и корректировать личностные качества; изучать приемы межличностного взаимодействия для повышения его эффективности;

Формировать навыки и умения, способствующие социальной адаптации детей, связанные с организацией поведения и общения ребенка с окружающими в различных социально-бытовых ситуациях;

**Программа рассчитана на проведение индивидуально – групповых занятий по восьми основным блокам:**

- Я – Личность;
- Культура поведения;
- Личная гигиена;
- Медицинская помощь;
- Жилище;
- Одежда и обувь;
- Семейные отношения;
- Бюджет

#### **Основные методы и формы работы:**

- Беседа;
- Показ;
- Ролевая игра;
- Экскурсии;
- Большое место на специальных коррекционных занятиях по основам социальной жизни отводится сюжетно-ролевой игре. В играх совершенствуются предметно-практические действия, формируются компенсаторные способы познания окружающего мира. В ходе игр в доступной и занимательной форме усваиваются нормы общепринятого поведения, формируются навыки взаимодействия и общения со сверстниками и взрослыми.

## Тематическое планирование ИГЗ

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
	<u>Раздел программы «Личная гигиена»</u> Гигиена подростка	<b>2</b>
	<u>Раздел программы «Семья»</u> Уход за младшими детьми Паспорт	<b>4</b>
	<u>Раздел программы «Жилище»</u> Виды уборки помещений Уход за окнами и зеркалами Освещение дома Виды мебели. Уход за мебелью	<b>8</b>
	<u>Раздел программы «Средства связи»</u> Виды бандеролей	<b>2</b>
	<u>Раздел программы «Культура поведения»</u> Правила поведения в гостях Правила приема и вручения подарков	<b>4</b>
	<u>Раздел программы «Жилище»</u> Уход за комнатными растениями Пересадка комнатных растений	<b>4</b>

	<u>Раздел программы «Транспорт»</u> Железнодорожный вокзал. Виды станций Виды вагонов. Типы поездов	<b>4</b>
	<u>Раздел программы «Бюджет семьи»</u> Бюджет семьи Заработная плата членов семьи	<b>4</b>
	<u>Раздел программы «Питание»</u> Сервировка стола к обеду Холодные закуски Первые блюда Вторые блюда Третьи блюда	<b>13</b>
	<u>Раздел программы «Одежда и обувь»</u> Мелкий ремонт одежды Ручная стирка белья Утюжка прямого белья	<b>8</b>
	<u>Раздел программы «Торговля»</u> Назначение магазинов. Универмаги Порядок покупки товаров	<b>4</b>
	<u>Раздел программы «Питание»</u> Салаты Блюда из картошки	<b>6</b>
	<u>Раздел программы «Медицинская помощь»</u> Домашняя аптечка Лекарственные растения	<b>4</b>

	Подведение итогов года	<b>1</b>
--	------------------------	----------



## ***Семиклассник!***

Ты стал на 1 год взрослее и серьезнее, поэтому в новом учебном году будем учиться очень серьезным вещам:

1. **Правильно вести себя в гостях, выбирать и дарить подарки.**
2. Совершим экскурсии на железнодорожный вокзал и почту.
3. **Будем учиться считать деньги и узнаем, что такое семейный бюджет.**
4. **Научимся готовить настоящий обед из трех блюд.**
5. **Познакомимся с правилами ухода и пересадки комнатных цветов.**
6. **Узнаем, как выводить различные пятна с одежды.**
7. Познакомимся с содержимым домашней аптечки.

***И очень много интересного и необходимого в  
будущей самостоятельной жизни!***

## Тема урока: Гигиена подростка

Вспомни или посмотри в «Словаре СБО» значение слова «ГИГИЕНА».

---

**1 задание.** Продолжи предложения:

*Средство для мытья волос* – это \_\_\_\_\_.

*Однородная масса для чистки зубов* – это \_\_\_\_\_.

*Кусок ткани для вытирания* – это \_\_\_\_\_.

*Средство для мытья рук и тела* – это \_\_\_\_\_.

**2 задание.** Рассмотрите различные помещения для мытья тела.



БАНЯ



ДУШЕВАЯ КАБИНКА



ВАННА

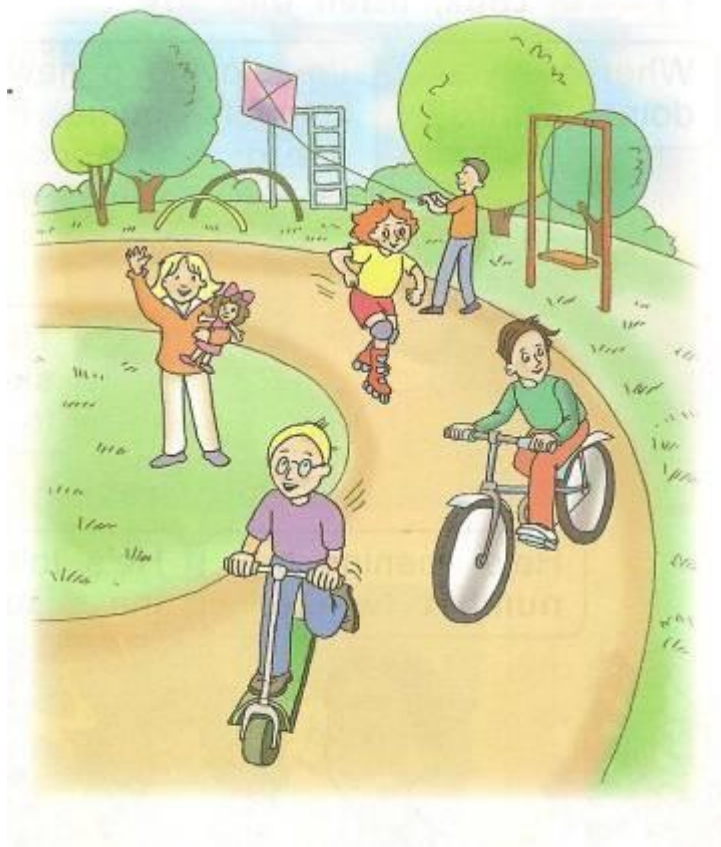
**3 задание.** Прочитай правила личной гигиены. Запомни!

1. Ежедневно мой тело с мылом.
2. Еженедельно мой тело горячей водой горячей водой с мылом и мочалкой.
3. Применяй дезодорант на чистое тело.
4. Регулярно меняй нижнее белье.

**1 задание.** Расскажи, как ты помогаешь родителям по уходу за младшими сестрами и братьями.

Помни, что малыши во всем подражают старшим братьям и сестрам, поэтому ты должен быть им примером. Следи за тем, чтобы твои братишка и сестренка умывались утром и вечером и мыли руки перед едой. Помогай им прибирать свои игрушки и вещи. Малыши очень любят, когда им читают вслух. Почитай интересную книжку или покажи картинку. Если кто-то из домашних болен, не затевай с малышом шумных игр. Наоборот, разговаривай с ним шепотом, придумай тихую игру. Очень хорошо, если ты будешь играть с малышом дома или на улице.

**2 задание.** Составь рассказ по рисунку. Чем занимаются дети?



**3 задание.** В какие игры ты играешь с младшими братьями и сестренками?

---

**4 задание.** Почти в любой игре нужны считалки. Расскажи, какие считалки ты знаешь.

**5 задание.** Каждый ребенок имеет свои способности, увлекается чем-то. А чем увлекаются твои братья и сестры? Посмотри внимательно на рисунок. Как ты думаешь, чем занимаются эти ребята в свободное время?



**6 задание.** Определи возраст детей, которые играют этими игрушками.





## Тема урока: Паспорт

*Паспорт* – это основной документ человека.



### 1 задание. Прочитай, запомни.

#### ИЗВЛЕЧЕНИЕ

##### из Положения о паспорте гражданина Российской Федерации

1. Паспорт гражданина Российской Федерации является основным документом, удостоверяющим личность гражданина Российской Федерации на территории Российской Федерации.

Паспорт обязаны иметь все граждане Российской Федерации, достигшие 14-летнего возраста и проживающие на территории Российской Федерации.

5. ...По желанию гражданина соответствующими учреждениями здравоохранения в паспорте также производится отметка о его группе крови и резус-факторе.

6. ...Паспорт, в который внесены сведения, отметки или записи, не предусмотренные настоящим Положением, является недействительным.

7. Срок действия паспорта гражданина:

от 14 лет — до достижения 20-летнего возраста;

от 20 лет — до достижения 45-летнего возраста;

от 45 лет — бессрочно.

17. Гражданин обязан бережно хранить паспорт.

Об утрате паспорта гражданин должен незамедлительно заявить в орган внутренних дел.

22. Запрещается изъятие у гражданина паспорта, кроме случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

## Тема урока: Виды уборки помещений

Создать дома беспорядок можно без труда, за считанные минуты. Навести же порядок намного сложнее: вытирать пыль, подметать и мыть пол, раскладывать по местам вещи – занятия не слишком интересные, но рано или поздно делать это приходится.

**1 задание.** Прочитай, выучи.

### *Виды уборки*

1. Ежедневная.
2. Недельная.
3. Сезонная (генеральная).

**2 задание.** Подчеркни одной чертой инвентарь, а двумя линиями – приспособления для уборки.

ВЕНИК

СОВОК

ВЕДРО ДЛЯ МУСОРА

ТАЗ

ВЕДРО ДЛЯ МЫТЬЯ ПОЛА

ДВЕ ТРЯПОЧКИ

ЩЕТКА ДЛЯ МЫТЬЯ БАТАРЕЙ

ТРЯПКА ДЛЯ МЫТЬЯ ПОЛА

**3 задание.** Подпиши и раскрась те инструменты и приспособления для уборки, которые есть у тебя дома.



**4 задание.** Рассмотрите различные современные приспособления для уборки.



Длинная щетка  
с чехлом

Пылесборник

Треугольная швабра

Совок и щетка

**5 задание.** Соедини стрелками действия, выполняемые при регулярной и сезонной уборке.

	Уборка вещей на место	
Р	Проветривание комнат	
Е	Подметание и мытье пола	С
Г	Мытье окон	Е
У	Уборка кровати	З
Л	Полив растений	О
Я	Протирка пыли	Н
Р	Уборка сезонной одежды, обуви	Н
Н	Мытье посуды, мойки, раковины	А
А	Мытье люстр	Я
Я	Мытье зеркал	
	Вынос мусора	
	Мытье ванны и санузла	
	Чистка, стирка штор, занавесей	
	Мытье подоконников, батарей	

**Тема урока: Уход за окнами и зеркалами**

**1 задание.** Найди в «Словаре » определение слов «ЗЕРКАЛО», «ОКНО».

---

---

---

Что общего между зеркалом и окном, чем они отличаются?

Для мытья окон и зеркал используются одни и те же средства.

**2 задание.** Рассмотрите изображения различных средств для ухода за окнами и зеркалами.

А какие средства используются у тебя дома?



**3 задание.** Прочитай способы чистки окон и зеркал.

1 способ. Вымыть чистой водой, а затем насухо вытереть насухо мягкой бумагой или салфеткой.

2 способ. Воспользоваться моющим средством для окон и зеркал.

**4 задание.** Выучи правило.

*Зеркало не следует вешать в тех местах, куда падают прямые солнечные лучи, - оно тускнеет.*



**Тема урока: Уход за мебелью**

*Мебель* – это предметы обстановки помещения, служащие для удобства людей. Мебель можно увидеть в любом доме, в любой квартире. Мы настолько привыкли к столу, кровати, стульям, шкафам, что обычно не обращаем на них внимания. Но попробуйте закрыть глаза и представить, что из дома пропали кровать или шкаф, стол или стулья. Сразу становится непонятно: на чем спать, на чем сидеть, где обедать, куда класть вещи? Благодаря мебели в нашем доме хорошо и уютно.

**1 задание.** Подпиши, какие предметы мебели можно изготовить из этих материалов.

*ДЕРЕВО* - \_\_\_\_\_

*ДСП* - \_\_\_\_\_

*СТЕКЛО* - \_\_\_\_\_

*ПЛАСТИК* - \_\_\_\_\_

*ТКАНЬ* - \_\_\_\_\_

*КОЖА* - \_\_\_\_\_

**2 задание.** Выдели лишнее слово и объясни свой выбор.

*Табуретка, кресло, стул, шкаф*

*Книжный шкаф, гардероб, кровать, сервант*

*Диван, полка, кресло, софа*

*Кровать, стул, диван, раскладушка*

**3 задание.** Нарисуй мебель, на которой ты дома спишь, сидишь и хранишь вещи.

**задание.** Для ухода за мебелью используются специальные средства. Рассмотрите фотографии и определите, где **средства** для ухода за мягкой мебелью, а где **деревянной**.

Почему ты так думаешь?



**5 задание.** Прочитай правило, выучи. Объясни, что обозначают эти рисунки.

*Прежде чем использовать какое – либо моющее или чистящее средство, ознакомься с инструкцией.*



**6 задание.** Рассмотрите предметы необычной мебели.



Проверочная работа по теме «Жилище»

Уметь объяснить необходимость содержания жилых помещений в чистоте и рассказать правила ухода за жилым помещением, правила охраны труда.

**1 задание.** Определи, для чего предназначены эти чистящие средства.



**2 задание.** Объясни, для чего люди делают ежедневную уборку помещений.

---

---

---

**3 задание.** Напиши последовательность генеральной уборки.

- 1.** \_\_\_\_\_
- 2.** \_\_\_\_\_
- 3.** \_\_\_\_\_
- 4.** \_\_\_\_\_
- 5.** \_\_\_\_\_
- 6.** \_\_\_\_\_
- 7.** \_\_\_\_\_
- 8.** \_\_\_\_\_

**1 задание.** Вспомни, что называется почтовыми отправлениями, для чего они нужны.

Посмотри фотоальбом «Средства связи».

*Бандероль* – это небольшое почтовое отправление в бумажной обертке весом не более 2 килограмм 500 грамм.



**2 задание.** Подчеркни, что можно отправить бандеролью.

Коробка конфет ( 500 гр)

Книга ( 850 гр)

2 фотоальбома ( по 600 гр)

Набор инструментов (2 кг 400 гр)

Сотовый телефон (450 гр)

Компьютерные диски (20 штук по 100 гр)

**3 задание.** Прочитай виды бандеролей. Запомни.

*Виды бандеролей*

1. Простая бандероль.

2. Ценная бандероль.

Для того, чтобы отправить ценную бандероль, необходимо заполнить описание содержимого.

**4 задание.** Заполни описание содержимого бандероли, подсчитай объявленную стоимость.



**1 задание.** Прочитай правила поведения в гостях. А какие ты еще знаешь правила?

1. Приходи в точно назначенное время.
2. Поздоровайся.
3. Поддерживай беседу, не перебивай говорящего.
4. Хочешь что-то посмотреть – спроси разрешение.
5. Перед тем, как сесть за стол, вымой руки.
6. Уходить сразу после застолья неприлично, но и не засиживайся.
7. Собрался уходить, попрощайся со всеми, а затем с хозяевами.
8. Уходя, поблагодари за приглашение, позови к себе в гости.

**2 задание.** Рассмотрй рисунок. Что гости делают неправильно?



**Тема урока: Правила приема и вручения подарков**

**1 задание.** Найди в «Словаре СБО» определение слова «ПОДАРОК», запиши

**2 задание.** Прочитай правила выбора, вручения и приема подарков.

1. Принимай подарок радостно, с улыбкой.
2. Сразу разверни подарок и поблагодари.
3. Подаренные конфеты и фрукты подай к столу.
4. Не хвали свой подарок.
5. Не забудь снять ценник с подарка.
6. Если юноша и девушка идут в гости вместе, то юноша дарит цветы, а девушка – подарок.

**3 задание.** Прочитай, что сказали эти девочки, когда получили подарки. Отметь правильный ответ. А что бы сказал ты?

<input type="radio"/> Надя	<input type="radio"/> Таня	<input type="radio"/> Лена
		
«А сколько стоит?»	«У-у-у, я хотела совсем не это...»	«Спасибо! Я очень рада подарку!»



**4 задание.** Соедини стрелками человека и подходящий ему подарок.



МАМА

БРАТ

БАБУШКА

ПОДРУГА

**5 задание.** Составь рассказ по фотографии. Запиши его.



—

—

---

---

---

---

**Тема урока: Уход за комнатными растениями**

Комнатные растения не только украшают дом, но и приносят человеку большую пользу.

1. Растения «чистят» воздух (поглощают углекислый газ и выделяют кислород).
2. Зеленый цвет снимает стресс и успокаивает нервы.
3. Растения регулируют влажность воздуха.

Растения - это живые существа, они чувствуют любовь и заботу и в ответ радуют своих хозяев пышной зеленью и красивым цветением.

**1 задание**. Рассмотрите изображения комнатных цветов. А какие у тебя дома цветы? Нарисуй и расскажи о них.

*Фиалка*



*Очиток*



*Молочай*



*Алоэ*



*Кактус*







**2 задание.** Прочитай правила ухода за цветами.



- Растение дышит через листья, поэтому, если на них скапливается много грязи и пыли, оно задыхается. Протирай листья влажной тряпочкой, а кактусы очищают от пыли жесткой кисточкой.



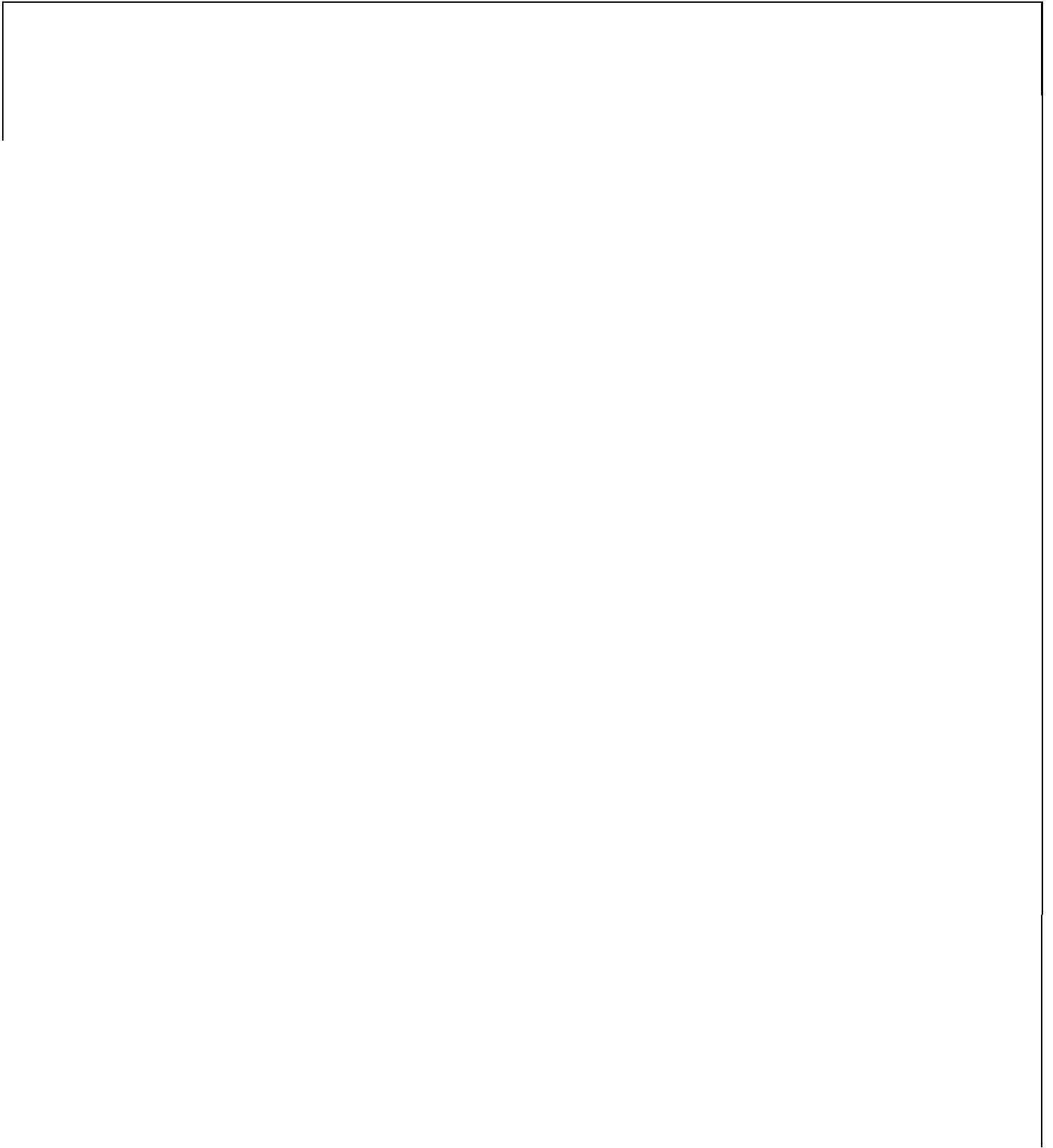
Правильная поливка  
растения.



Неправильная поливка  
растения.

- Нельзя поливать холодной водой, вода должна быть комнатной температуры. При недостаточном поливе замедляется рост растения, листья желтеют и высыхают. Если поливать слишком часто, то земля закивает, появляется зеленоватый налет, затем корни и стебли загнивают, и оно погибает.

- Рассмотрите разные способы полива растений. Объясните разницу.



*Тема урока: Пересадка*

*комнатных растений*



Со временем растение разрастается, и его корни заполняют горшок полностью.

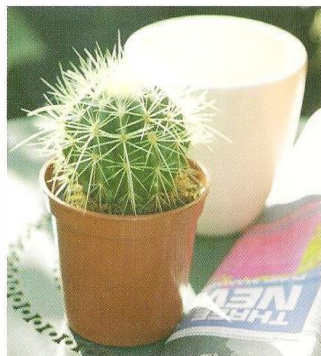
Значит, настало время для пересадки. Если этого вовремя не сделать, то растение начнет болеть и сбрасывать листья.

**1 задание.** Прочитай обычные правила пересадки растений.

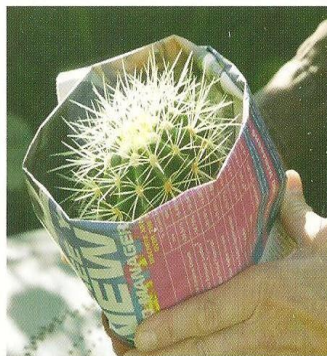
Рисунок	Описание действий
	<p>На дно нового горшка кладут камешки и немного крупного песка. Песок нужен для того, чтобы вода хорошо проходила, не застаивалась.</p> <p>Растение хорошо поливают. Тупым ножом отделяют землю от стенок горшка. Для этого ножом проводят круг между стенкой горшка и землей.</p> <p>Берут горшок левой рукой и осторожно переворачивают его на ладонь правой руки. Стебель растения должен пройти между пальцами правой руки.</p> <p>Вынутый земляной ком осторожно рыхлят, чтобы удалить старую землю.</p> <p>Растение опускают в подготовленный горшок, засыпают землей пустые места. Растения поливают.</p>

**2 задание.** Рассмотрите и прочитайте правила пересадки кактусов. Чем они отличаются от

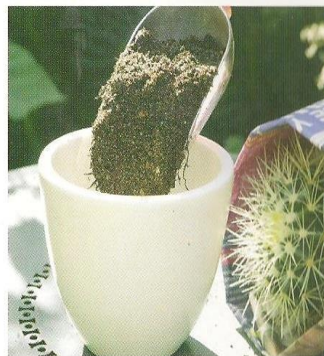
обычных правил? Объясни.



1. Кактус нуждается в пересадке, если обнаружили, что его колючки торчат за стенками емкости (раз в 2–3 года). За два дня до пересадки полейте растения. Почва должна быть влажной, но не мокрой.



2. Оберните стембель растения сложенной в несколько слоев газетной бумагой или тряпкой. Осторожно извлеките растение из цветочного горшка, удалите старую землю, оставшуюся на корнях.

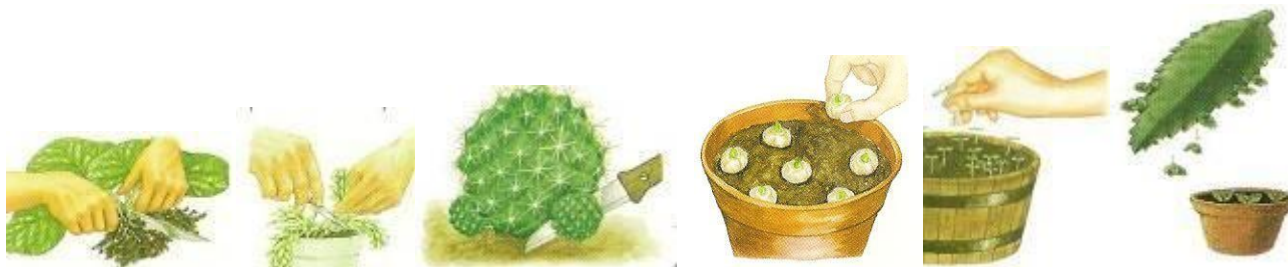


3. Если хотите, можете в это время посадить растение в цветочный горшок большего размера. Только не забывайте, что горшок должен быть на размер больше предыдущего. Пересадите растение в свежую почву.



4. Придерживая кактус за обернутый бумажной стембель, поместите его в наполненную свежей землей емкость на ту же глубину, на какой он рос до пересадки. Заполните горшок землей, на 1 см не доходя до края.

**Задание.** Рассмотрите различные способы размножения растений. Соедините изображение и описание способа размножения.



Размножение луковицами

Размножение молодыми растениями

Размножение отрезками

Размножение семенами

Корневое деление

Размножение стеблевыми черенками

*Тема урока: Железнодорожный вокзал.*

*Виды станций*

билетов.



Привокзальная площадь



Название железнодорожной станции



Перрон – место ожидания и посадки.

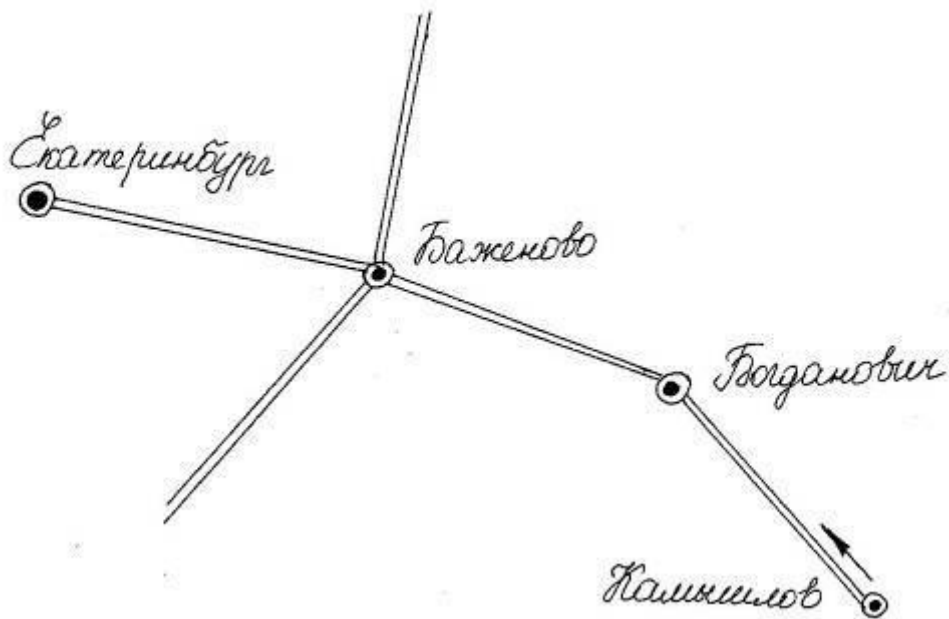
*Железнодорожный вокзал* – место остановки поездов, продажи

железнодорожных

**1 задание.** Прочитай основные службы вокзала, объясни их назначение.

1. Пригородные кассы.
2. Кассы дальнего следования.
3. Расписание движения пригородных поездов.
4. Расписание движения поездов дальнего следования.
5. Справочная служба.
6. Камера хранения ручной клади и автоматическая камера хранения.
7. Зал ожидания.

**2 задание.** Рассмотри схему. Назови станции: отправления, промежуточную, узловую, конечную.



**3 задание.** Напиши названия городов, куда ты ездил на поезде.

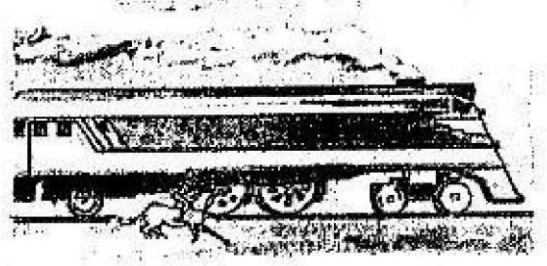
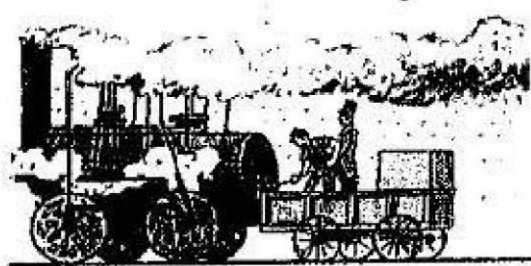
---

---

---

**Тема урока: Виды вагонов. Типы поездов**

**1 задание.** Найди в «Словаре СБО» определения слов «поезд», «вагон», прочитай.



Первый паровоз был создан около 100 лет назад. Его скорость – 25 км/ч.

Современные поезда развивают скорость 160 км/ч.

**2 задание.** Сравни слова. Что они обозначают?

**ПАРОВОЗ**

**ТЕПЛОВОЗ**

**ЭЛЕКТРОВОЗ**

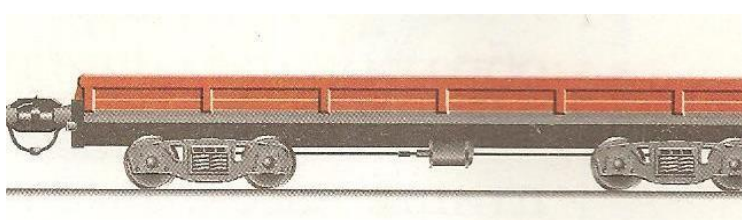
Поезда делятся на 2 группы: пассажирские и грузовые. Пассажирские перевозят людей и бывают 2 видов: скорые, пассажирские. В каждом пассажирском и скором поезде есть вагон – ресторан для удобства людей. В пассажирских вагонах есть купе и плацкартные места.

**3 задание.** Заполни таблицу, сравнив два вида транспорта: автомобиль и поезд.

	<b>Автомобиль</b>	<b>Поезд</b>
<b>Скорость</b>		
<b>Комфорт</b>		
<b>Грузоподъемность</b>	40	
<b>Стоимость</b>		



**4 задание.** Рассмотрите виды вагонов. Подпишите, что можно в них перевозить.



*Открытая платформа*

---

---

---



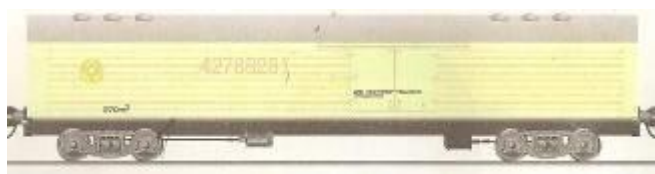
*Закрытая платформа*

---

---

---

*Вагон - холодильник*



---

---

*Цистерна*



Тема урока: Бюджет семьи

**1 задание.** Найди в «Словаре СБО» определение слова «БЮДЖЕТ». Выпиши.

---

---

**2 задание.** Заполни таблицы вместе с учителем.

Доходы	Расходы

**3 задание.** Сосчитай, сколько денег было в копилке у девочки.



## Лабораторная работа

Цель: выявить отличие металлических монет.

1. Разложи монеты от 1 копейки до 10 рублей по порядку. Сколько их?
2. Посмотри на монеты сбоку. Какие толще, а какие тоньше?
3. С закрытыми глазами попробуй определить стоимость монет.
4. Ответь на вопрос: для чего изготавливают монеты разного размера и толщины.

Вывод:

---

---

**4 задание**. Посмотри на рисунок. Такими монетами пользовались люди 200 лет назад. Сравни с современными деньгами, назови отличия.



**5 задание**. Составь поговорки, объясни их смысл.

ДЕНЕЖКА      А      СВЕТ      БЕЗ      ОБОЙДЕТ      НОГ      ВЕСЬ

---

ДЕНЬГИ      НАЖИТЬ      ПРОЖИТЬ      НЕЛЕГКО      А      ЛЕГКО

---

**Тема урока: Зарботная плата членов семьи**

*Зарботная плата* – деньги, полученные за проделанную работу.

**1 задание.** Запиши, кем работают твои родственники и сколько они получают.

---

---

Зарботная плата делится на *аванс* и *получку*.

**2 задание.** Выпиши значения этих слов из «Словаря СБО».

---

---

**3 задание.** Подсчитай доходы семьи за 3 месяца.

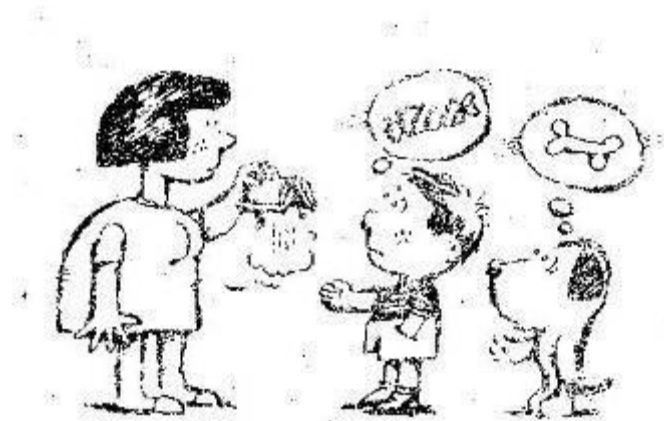
*Зарплата отца* – 10.000 рублей в месяц

*Зарплата матери* – 6. 000 рублей в месяц

*Пенсия деда* – 5.000 рублей в месяц

*Детское пособие на ребенка* - 300 рублей

**4 задание.** Рассмотрите рисунок. Объясните ситуацию. А в вашей семье бывает такое?



**5 задание.** Объясните значение поговорок

---

*Проверочная работа по теме «Бюджет семьи»*

---

**1 задание.** Сосчитай деньги. Запиши ответ. \_\_\_\_\_



**2 задание.** Объясни, чем отличается АВАНС от ПОЛУЧКИ.

---

---

---

**3 задание.** Напиши, что такое бюджет семьи, из чего он состоит.

---

---

---

---

---

---

**Тема урока: Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи**

**1 задание.** Вспомни, что ты изучал в 6 классе. Подпиши названия кухонной мебели и расскажи ее назначение.



**2 задание.** Запиши правила личной гигиены при приготовлении пищи, которые знаешь.

---

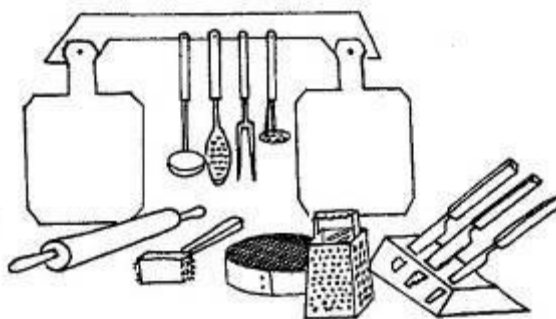
---

---

---

---

**3 задание.** Подпиши названия кухонных приборов и принадлежностей.





**4 задание.** Наш класс был на экскурсии в школьной столовой. Объясни, что обозначают буквы на разделочных досках и ножах.

С. О. \_\_\_\_\_ Х. \_\_\_\_\_  
М.В. \_\_\_\_\_ С. \_\_\_\_\_  
Р.С. \_\_\_\_\_ Ф. \_\_\_\_\_  
К.В. \_\_\_\_\_ М. \_\_\_\_\_  
В. О. \_\_\_\_\_ М.С. \_\_\_\_\_  
Р.В. \_\_\_\_\_ К.С. \_\_\_\_\_

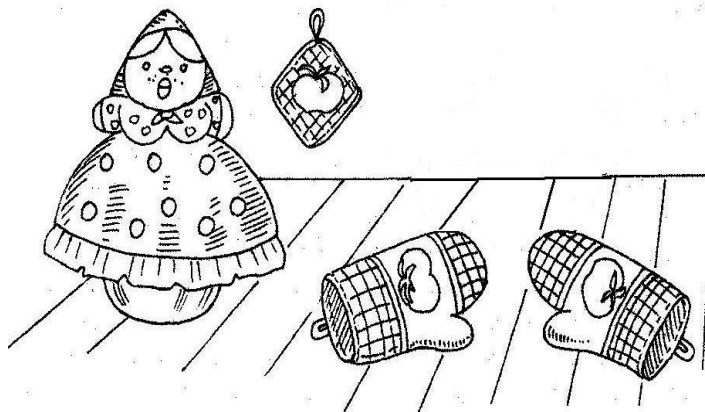
Обычно в доме имеются 2 - 3 разделочные доски для хлеба, овощей и фруктов, мяса и рыбы.

**5 задание.** Рассмотрите виды ножей. Чем они отличаются?



- 1 Ножеточка
- 2 Поварской нож
- 3 Нож для резки хлеба
- 4 Нож для мяса
- 5 Универсальный нож
- 6 Нож для чистки овощей
- 7 Ножницы

**6 задание.** Объясни, для чего нужны данные предметы на кухне.





## Тема урока: Сервировка стола к обеду

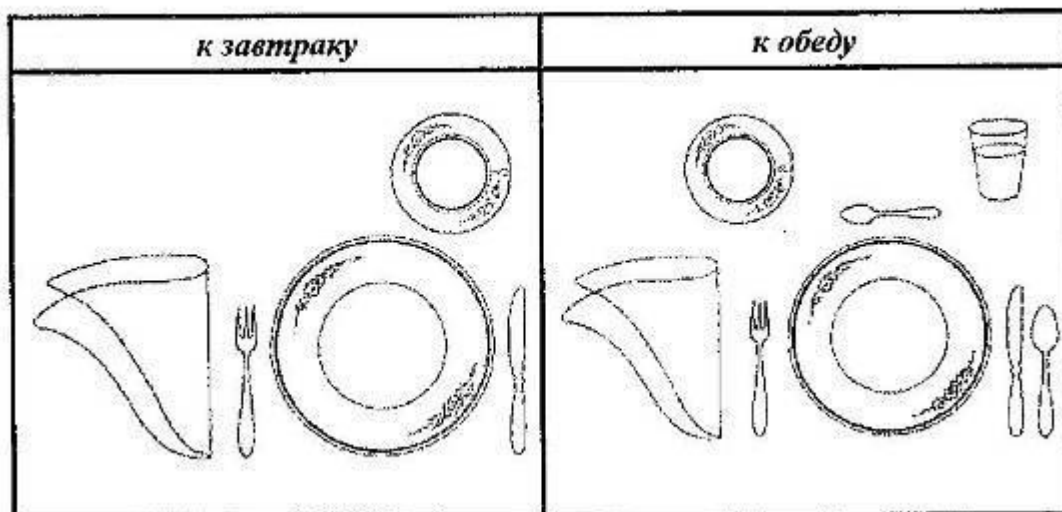
В 6 классе мы изучали сервировку стола к завтраку, а в 7 классе познакомимся с сервировкой стола к обеду. Вспомни, что такое «сервировка». Не можешь вспомнить?

*Сервировка* – приготовление стола к приему пищи.

**1 задание.** Прочитай основные требования к сервировке стола.

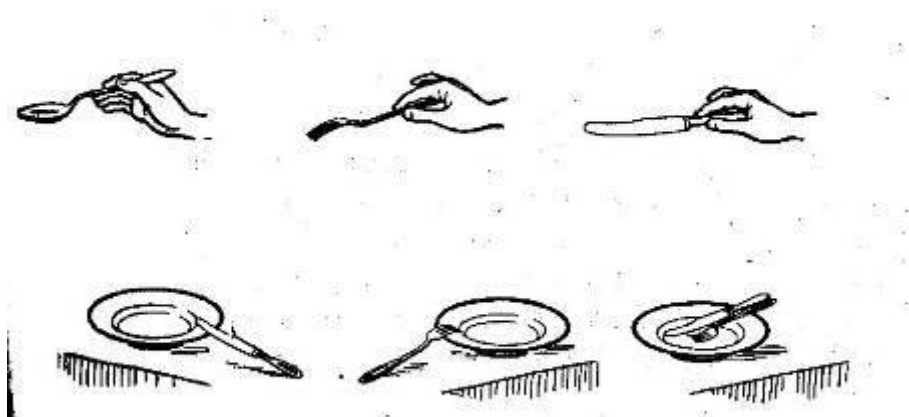
1. *Стол застилается скатертью, можно сверху положить прозрачную клеенку.*
2. *Тарелки ставят по количеству человек.*
3. *У каждой тарелки справа кладут ложку и нож, слева – вилку.*
4. *Ложки и ножи кладут выпуклой стороной вниз, а нож – лезвием к тарелке.*
5. *Сахарницу, соль, масло, хлеб расставляют так, чтобы все могли их достать.*
6. *На столе обязательно нужны бумажные салфетки, их ставят в специальную вафельницу или кладут около тарелки.*
7. *Сервировать стол лучше в одном стиле – одинаковой посудой, приборами, скатертью и салфеткой.*

**2 задание.** Сравните способы сервировки стола к завтраку и обеду. Чем они отличаются?



**3 задание.** На рисунках показано, как правильно пользоваться ложкой, ножом и вилкой.

Повтори эти действия на практике.



**4 задание.** Прочитай Правила поведения за столом. Выучи.

1. Не ставь локти на стол.
2. За столом не говори о плохом.
3. Не заводи разговор с человеком, сидящим вдалеке от тебя.
4. Если блюдо не нравится, вежливо откажись.
5. Во время приема пищи слегка наклоняй голову.
6. Разговаривай, когда во рту нет пищи.
7. Закончил еду – положи столовые приборы в тарелку.

**5 задание.** Познакомься с сервировкой праздничного обеда.



В каждом обеде должны быть:

1. Холодные блюда, закуски (салаты, нарезка сыра или колбасы, маринованные или свежие овощи).
2. Первые блюда (супы, супы – пюре).
3. Вторые блюда (мясо или рыба, гарниры, блюда из овощей, яиц, творога).
4. Третьи блюда (напиток, сладкое).

**1 задание.** Найди в «Словаре СБО» значение слова «МЕНЮ», выпиши.

---

**2 задание.** Составь меню обеда.

Холодное блюдо \_\_\_\_\_

Первое блюдо \_\_\_\_\_

Второе блюдо \_\_\_\_\_

Третье блюдо \_\_\_\_\_

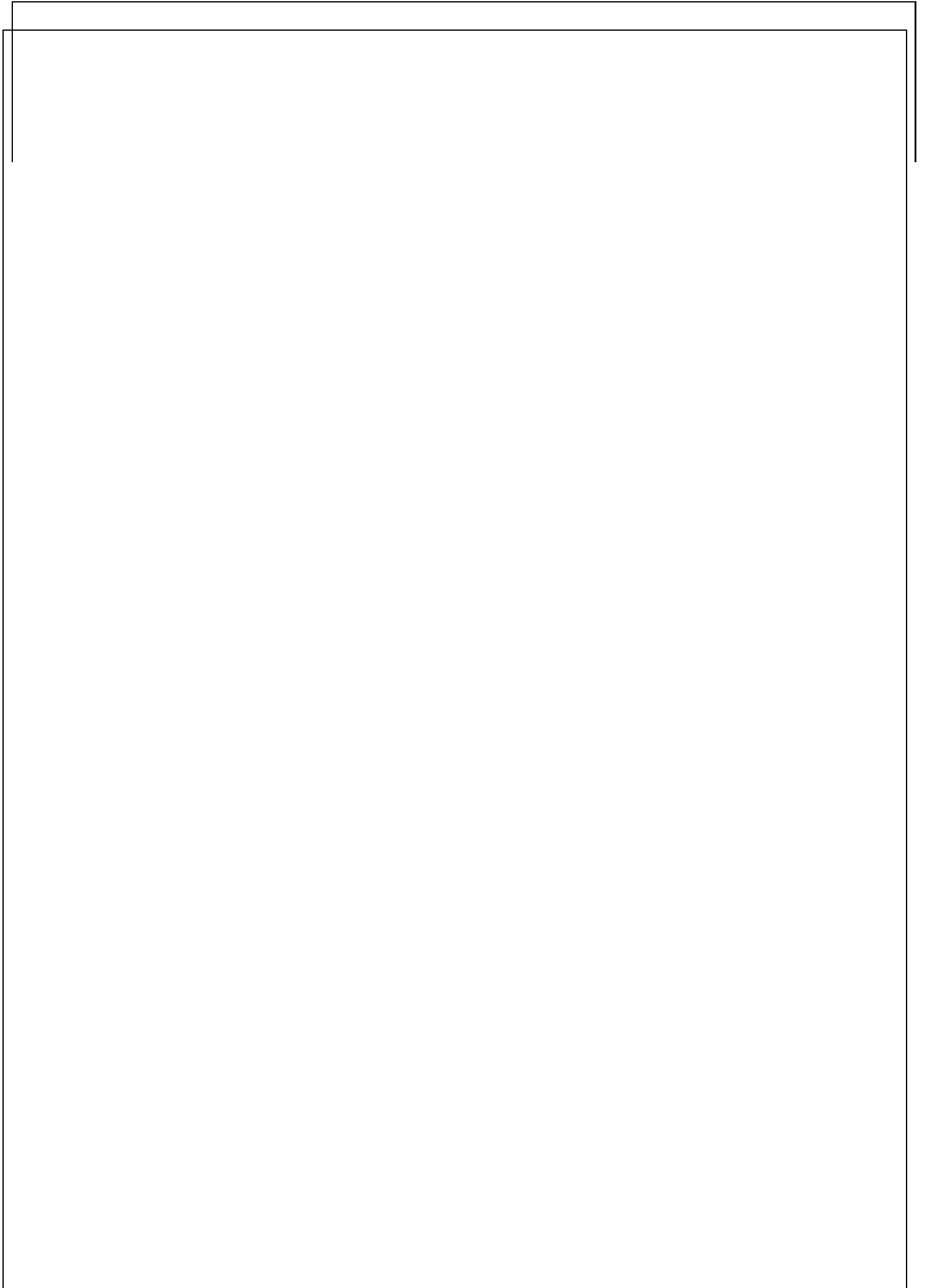
**3 задание.**

Холодные блюда – это пища, не требующая готовки (нарезанные колбасы, сыр, икра, маринованные и соленые овощи).

Закуска – (см. «Словарь СБО») \_\_\_\_\_

---





38 Для того чтобы ровно и аккуратно нарезать сыр, колбасу, яйца, овощи для холодных блюд и закусок используются различные ножи и приспособления.

**4 задание.** Рассмотрите рисунки. А какие ножи и приспособления используются у тебя

дома?



Ножи для нарезки сыра



Нарезка овощей, грибов, яиц

Мало равно и аккуратно нарезать продукты, надо красиво выложить их на блюдо.



**1 задание.** Найди в «Словаре СБО» определение слова «СУП», выпиши его.

—

—

**2 задание.** Прочитай.

*Заправочные супы* – готовятся на мясных, рыбных, куриных, грибных, овощных бульонах (рассольник, щи, борщ).



*Супы – пюре* – готовят на бульонах, овощных и крупяных отварах, на молоке. Продукты для супов – пюре отваривают и протирают через сито или пропускают через мясорубку (картофельный, куриный, овощной).



*Прозрачные супы* – в бульон добавляются отдельно отвариваемые продукты.





*Холодные супы* – готовят из овощей и из фруктов. Для этих супов используют квас, свекольный отвар, отвары фруктов и овощей (окрошка, свекольник, ягодный).



Для улучшения вкуса, аромата, внешнего вида заправочных супов морковь и лук надо класть в суп поджаренными. При поджаривании овощей жир впитывает в себя аромат овощей и их цвет. Поэтому суп приобретает красивый оранжевый цвет. Для обжаривания можно использовать масло сливочное, растительное, маргарин.

**3 задание.** Заполни таблицу после рассказа учителя.

*Специи (пряности и приправы)* - предназначены для улучшения вкуса пищи (перец, лавровый лист, корица, горчица и т.д.).

Приправа	Время закладки
Перец	
Лавровый лист	
Чеснок	

**4 задание.** Объясни смысл поговорок.

СУП ДА ЩИ - ЕШЬ И НЕ ПЛЕЩИ.

БЕЗ КАПУСТЫ ЩИ НЕ ГУСТЫ.

ХЛЕБА НЕТ – ТАК И КОРОЧКИ В ЧЕСТИ.



На второе, как правило, подают гарнир и мясо или рыбу, реже — запеканки, блюда из яиц. Мясо и рыба содержат белок и жир, а овощи, приготовленные на гарнир — витамины, углеводы и минеральные вещества. Мясо хорошо сочетается с овощами, крупами, макаронами, а рыба — с рисом и овощами. Овощи для приготовления гарниров можно варить, жарить, тушить.

**1 задание.** Соедини стрелками гарнир и подходящую к нему добавку.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

ОТВАРНОЙ РИС

ГРЕЧА ОТВАРНАЯ

КАПУСТА ТУШЕНАЯ

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ

КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ

ЖАРЕНАЯ КОЛБАСА

ЖАРЕНАЯ РЫБА

ГУЛЯШ

МЯСНЫЕ ТЕФТЕЛИ



**2 задание.** Подпиши, из чего состоят данные блюда



В 5 классе ты научился заваривать чай. Расскажи, как это делается. Кроме чая в конце обеда можно подать компот из свежих или сухих фруктов или морс. Главная ценность этих напитков – богатство витаминами. Подают напитки в бокалах или высоких стаканах. Фруктово – ягодные напитки и компоты пьют перед едой, Вов время и после еды. Для праздничного стола украшают бокалы ягодами, дольками фруктов.

**1 задание.** Определи, какие напитки будут подаваться к праздничному столу, а какие к обычному обеду.



**2 задание.** Составь алгоритм приготовления компота из свежих яблок.

*Начало*

*Удали сердцевину яблок*

*Добавь сахар*

*Дождись закипания*

*Тщательно вымой яблоки*

*Нарежь на равные дольки*

*Дождись закипания*

*Конец*

*Дай постоять 10 минут*

Сухие фрукты перед варкой перебирают, моют, закладывают в кипящую воду с

сахаром и варят до готовности.





**3 задание.** Запиши, какие компоты можно сварить из этих фруктов.



**4 задание.** Рассмотрни приспособления для обработки фруктов.



Удаление косточек из плодов вишни и черешни

Специальный нож для удаления сердцевины яблок и груш

**5 задание.** Этот сладкий молочный продукт тоже можно подавать в конце обеда, а лучше на ужин. Приложи зеркало к пунктирной линии и прочти название.

  
ТЯУТОЙ |



**Тема урока: Мелкий ремонт одежды**

Вспомни, что называется мелким ремонтом одежды, что ты уже умеешь делать.

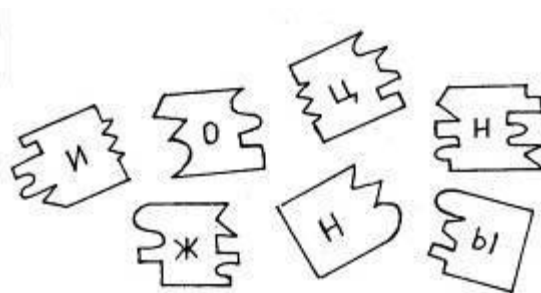
**1 задание.** Выпиши из «Словаря СБО» значение слова «ЗАПЛАТА».

**2 задание.** Рассмотри операционную карту.

**Операционная карта. Наложение заплата**

Зарисовка	План работы
	Рваная ткань
	Подровнять ножницами края поврежденного места
	Желательно подобрать ткань так, чтобы рисунок заплата совпал с рисунком ткани Выкроить заплату с прибавкой на шов и подогнуть ткань на лицевую сторону
	Наложить с изнанки заплату, наметать и подшить косым стежком
	Подровнять края поврежденной ткани и сделать надрезы
	Подогнуть надрезанные края ткани внутрь и подшить косыми стежками на лицевой стороне

**3 задание.** Соедини разорванную ленту, прочтешь слово. Объясни правила работы с этим инструментом.





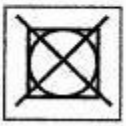
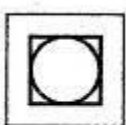
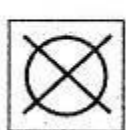
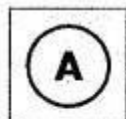
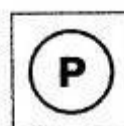
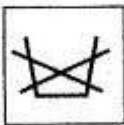
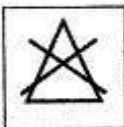
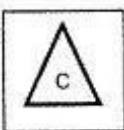
## Тема урока: Ручная стирка белья

Есть вещи, которые нельзя стирать в стиральной машине: свитера, блузки, колготки. Они могут полинять в общей стирке и испортить другие вещи. Их нужно стирать отдельно.

**1 задание.** Прочитай этапы ручной стирки. Выучи.

1. Отмерь количество порошка.
2. Налей в таз теплой воды.
3. Приготовь моющий раствор.
4. Замочи вещи не менее чем на 15 минут (если можно).
5. Постирай (если белье грязное, меняй воду и моющий раствор несколько раз).
6. Прополощи вещи, используя кондиционер, сначала в теплой, потом в холодной воде.
7. Отожми выстиранные вещи.

**2 задание.** Найди на своей одежде бирочку (она обычно бывает в боковом шве). Это советы по стирке, сушке и утюжке вещей. Напиши, что обозначают эти знаки.







Существуют разные способы удаления пятен. Легче удалить пятно, пока оно свежее.

**3 задание.** Прочитай способы выведения различных пятен. Запомни.

*Ржавчина.* Такие пятна удаляют с помощью лимонного сока. Возьми дольку лимона и выдави несколько капель прямо на пятно. Оно исчезнет.

*Чай и кофе.* Промой пятно горячей водой. Если ткань белая, обработай пятно отбеливателем, затем сполосни водой.

*Шоколад.* Замочи вещь в холодной воде. После этого потри пятно с мылом и промой теплой водой.

*Кровь.* Замочи вещь на 30 минут в холодной воде. Постирай с хозяйственным мылом. Если не помогло, используй раствор нашатырного спирта (3 столовые ложки на 4 литра воды).

*Трава.* Потри пятно стиральным порошком. Если возможно, используй отбеливатель.

*Яйцо.* Свежее пятно отмывается только холодной водой. Засохшее пятно протри губкой со стиральным порошком и промой холодной водой.

*Кетчуп, томатная паста.* Замочи на 40 минут в холодной воде. Потри пятно со стиральным порошком и промой в воде.

*Фрукты.* Промой пятно холодной водой. Теплую воду использовать не следует. Замочи вещь на 2 часа, затем потри уксусом и промой водой.

**4 задание.** Подпиши названия средств для стирки белья. Для чего они нужны?



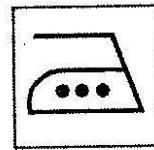
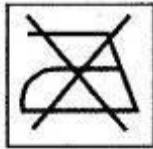
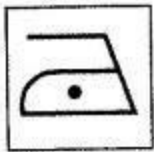
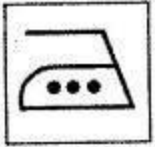


---

**Тема урока: Утюжка белья**

После стирки и сушки чистое белье нужно погладить. К глаженным вещам меньше пристает грязь, и выглядят они более аккуратными и ухоженными.

**1 задание.** Найди советы по утюжке вещей. Подпиши, что обозначают эти знаки.



**2 задание.** Рассмотрите последовательность утюжки вещей.



**3 задание.** Приклей образцы тканей, соответствующие степени нагрева утюга.

Степень нагрева	Ткани
Слабый нагрев	
Средний нагрев	

Сильный нагрев	

### **Лабораторная работа.**

Цель: Выявление лучшего способа чистки подошвы утюга.

1. Прочитай 2 способа чистки подошвы утюга.

1 способ. Слегка нагретый утюг поводить по соли, насыпанной на лист бумаги.

2 способ. Протереть холодную подошву утюга губкой, смоченной в уксусе.

2. примени оба способа на практике.

3. Сделай вывод: Какой способ более эффективный?

**4 задание.** Рассмотрите различные современные приспособления для утюжки вещей.



Удобная ткань – сетка для утюжки любых тканей, помогает убрать самые сильные складки



С такой варежкой легко отутюжить воротничок  
Просто подложите ее под нужный участок  
и прогладьте

**5 задание.** Посмотри, правильно ли утюжит вещи девочка?



***Тема урока: Назначение магазинов. Универмаг***

---

*Магазин* – это место для продажи и покупки товаров.

**1 задание.** Запиши виды специализированных магазинов.

Бывают магазины, где продаются различные виды товаров (одежда, обувь, игрушки, мебель, бытовая техника). Такие магазины называют УНИВЕРМАГАМИ. Даже в небольшом магазинчике около твоего дома могут быть разные отделы.

**2 задание.** Напиши названия отделов магазинов.



Многие люди делают покупки в супермаркетах — больших магазинах. Продукты там уже взвешены и упакованы.

***Тема урока: Порядок покупки товаров***

---



---

---

---

**2 задание.** Представь, что ты с друзьями пришел в магазин «Спортивные товары», запиши разговор продавца и покупателей.



**3 задание.** Прочитай правила поведения в магазине. Выучи.

1. Пропусти выходящих из магазина.
2. Пройди в нужный отдел.
3. Вежливо обратись к продавцу или кассиру.
4. Передвигаясь по магазину, не толкайся, уступи дорогу, если кто-то торопится.
5. Не облачивайся на витрину.
6. Громкий разговор мешает продавцам и покупателям.

**1 задание.** Напиши, какие товары ты покупаешь в магазине или киоске самостоятельно  
и укажи их стоимость.

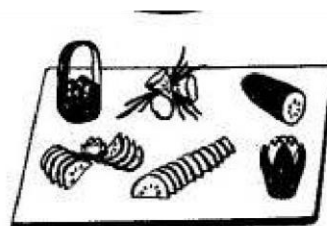
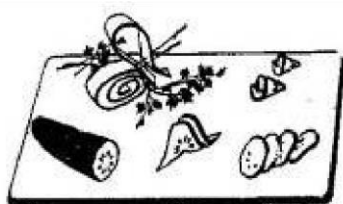
***Тема урока: Салаты***

---

**2 задание.** Чтобы салат получился не только вкусным, но и красивым, нужно, прежде всего, правильно вымыть, сварить и нарезать для него овощи и зелень. Заполни таблицу после рассказа учителя.

Продукты	Способ нарезки
Картофель	
Огурцы	
Лук	
Колбаса	
Морковь, свекла	
Мясо	
Яйца	
Фрукты	

**3 задание.** Для украшения салатов обычно берут зелень (укроп, петрушку, салат), фигурно нарезают овощи.



сделать из чего угодно: из овощей, фруктов, мяса, рыбы, яиц... Заправляют салат майонезом, сметаной, лимонным соком, уксусом или растительным маслом. Салат можно подавать и как гарнир к мясу, и отдельно. Салаты едят и утром – на завтрак, и во время обеда, перед супом, и после обеда, вместо сладкого блюда.

**1 задание.** Расскажи, какие салаты ты любишь и какие готовят в вашей семье.

**4 задание.** Рассмотрите различные современные приспособления для приготовления и сервировки салатов.



**5 задание.** При подаче на стол салаты не только украшают, но и красиво выкладывают на блюдо.



**Тема урока: Блюда из картофеля**

Родина картошки – Южная Америка. Даже сегодня можно встретить там дикорастущий картофель. Испанцы привезли его в Испанию 500 лет назад. Из Испании он распространился по всей Евразии, и стал он очень популярен и любим. Картофель можно употреблять в пищу во многих видах.

**1 задание.** Способы приготовления картофеля.

*Способы приготовления*

ВАРЕННЫЙ

ЖАРЕННЫЙ

ЗАПЕЧЕННЫЙ

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**2 задание.** Прочитай правила приготовления картофеля. Запомни!



1. Картофель, сваренный в кожуре, сохраняет гораздо больше витаминов, чем очищенный.
2. Очищенный картофель нельзя долго хранить – на воздухе он темнеет. Его можно оставить на 1-2 часа в воде.
3. Молодой картофель не чисти ножом. Тонкая кожа легко снимается жесткой губкой и крупной солью.

#### Лабораторная работа.

Цель: Выявление наличия крахмала в картофеле.

Оборудование: 1 чайная ложка крахмала и ломтик сырого картофеля, йод, пипетка.

1. Капни пипеткой сначала на крахмал, потом на картофель.
2. Сравни результат, сделай вывод.
3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

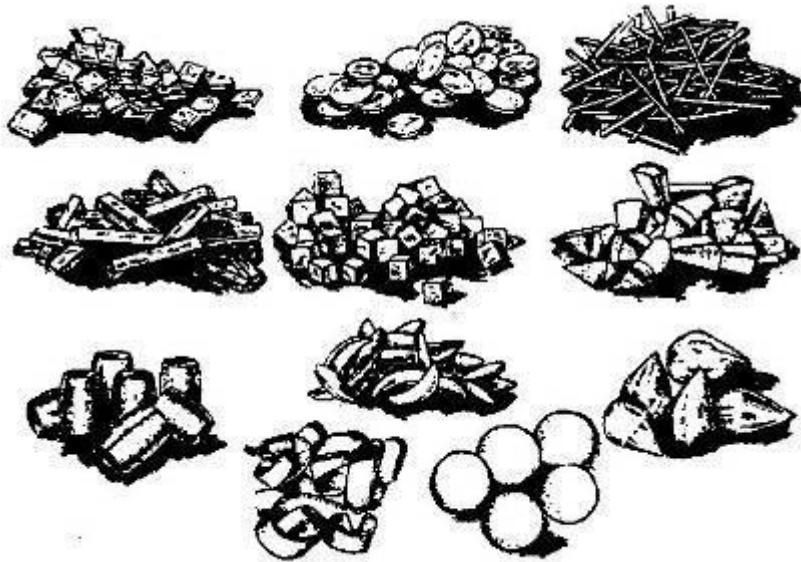
3 **задание.** Существует большое количество способов нарезки картофеля. Конечно, это требует времени, но зато как красиво будет выглядеть блюдо! Соедини рисунок и название способа нарезки.

БОЧОНКИ

СТРУЖКА

СПИРАЛЬ

ЧЕСНОЧКИ



КУБИКИ

ШАРИКИ

КРУЖКИ

ЛОМТИКИ

БРУСКИ

СОЛОМКА

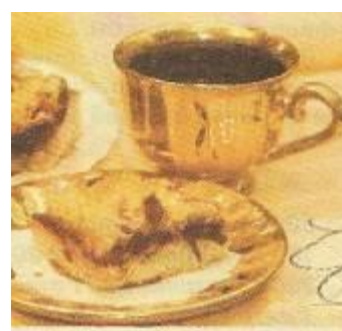
**Запомни!**





**Тема урока: Проверочная работа по теме «Питание»**

**1 задание.** Отметь цифрами 1, 2, 3 блюдо, подпиши изображение салата или закуски.



**2 задание.** Напиши, какие блюда ты сам сможешь приготовить из картофеля.

---

---

---

**3 задание:** Нарисуй схему сервировки стола к обеду.



### Тема урока: Домашняя аптечка

В каждом доме для оказания первой помощи должна быть *домашняя аптечка*: ее можно приобрести в готовом виде, можно составить самим, учитывая возраст и состояние здоровья членов семьи.

**1 задание.** Расскажи, какие дома у тебя есть лекарства и где вы их храните.

**2 задание.** Прочитай перечень содержимого домашней аптечки. Запомни.

1. Перевязочный материал (пластырь, бинт, вата).
2. Дезинфицирующие средства (перекись водорода, йод, зеленка).
3. Градусник.
4. Лекарственные средства (от кашля, головной боли, жаропонижающие, мази, травы), таблетки по назначению врача.

**3 задание.** Заполни таблицу.

<i>Название</i>	<i>Назначение таблеток</i>
АСПИРИН	
ЦИТРАМОН	
АНАЛЬГИН	
ВАЛИДОЛ	
АКТИВИРОВАННЫЙ УГОЛЬ	

4 **задание.** Прочитай правила хранения лекарственных средств в домашней аптечке.

1. Не храни в аптечке неизвестных лекарств.
2. Соблюдай сроки годности лекарств.
3. Храни аптечку в месте, недоступном для детей.
4. Храни лекарства в темном, прохладном месте.

**5 задание.** Рассмотрите изображение аптечки Петра 1. Чем она тебе нравится?







К ст. Аптека.  
Походная  
аптечка  
Петра I.  
Ок. 1615—1616 гг.

**Задание.** Напиши, что надо сделать при небольшом порезе.

---

---

---

---

---

---

## Тема урока: Лекарственные растения

Люди давно знают, что многие растения обладают целебными свойствами. Эти растения называют *лекарственными*, используются для лечения различных болезней. В наше время лекарственные растения хорошо изучены. Их очень много в лесах, степях, на лугах. Из листьев, цветков, плодов и корней готовят настойки, мази, отвары, порошки, таблетки. У каждого лекарственного растения – своё назначение, а все вместе они – настоящая зеленая аптека.

**1 задание.** Какие лекарственные растения используют в вашей семье?

**2 задание.** Рассмотрите рисунки лекарственных растений, прочитайте подписи.



**3 задание.** Прочитай, как можно обработать рану при порезе с помощью лекарственных трав. Сравните этот способ со способом, изученным на предыдущем уроке.

*Смешайте по 1 столовой ложке измельченных листьев подорожника и тысячелистника. Полученную массу выложите на марлю, приложите к ране и держите час. Процедуру можно повторять несколько раз.*

*До свидания!*

*До встречи в 8 классе!*

1. Аникин В.П. – Старинные русские пословицы и поговорки. – Москва, «Детская литература», 1983 год.
2. Гладкая В.В. – Социально – бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. – Москва, «Издательство НЦ ЭНАС», 2003 год.
3. Даль В.И. – Иллюстрированный словарь русского языка. – Москва, «Эксмо», 2007 год.
4. Девяткова Т.А. – Социально – бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. – Москва, «Владос», 2003 год.
5. Джейн Эллиотт, Колин Кинг. – Детская энциклопедия. – Москва, «Росмэн - Пресс», 2006 год.
6. Картушина Г.Б. – Домоводство. – Москва, «Просвещение», 1966 год.
7. Кулинария для экономных. – Минск, «Элайда», 2001 год.
8. Малофеева Н.Н. – Энциклопедия дошкольника. – Москва, «Росмэн», 2007 год.
9. Настольная книга для девочек XXI века. – Москва, «Эксмо», 2006 год.
10. Нефедова К. – Мебель. Какая она? – Москва, «Гном и Д», 2007 год.
11. Плешаков А.А. – Мир вокруг нас. 2 класс. – Москва, «ВитаПресс», 2008 год.
12. Сотникова Н. – 100 загадок от А до Я для детей 5 – 8 лет. – Москва, «Айрис Пресс», 2008 год.
13. Тихомирова Л.Ф. – Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5 – 8 лет. – Ярославль, Академия развития, 2003 год.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 323345818813549925348293945354967287176906039455

Владелец Бухтеев Александр Валерьевич

Действителен с 09.11.2023 по 08.11.2024