

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ  
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)  
6 КЛАСС**

**1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Обучение «Основам социальной жизни» в 6 классе носит основы теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 6 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На втором году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнению ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

При реализации программы и проведении занятий, одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбия, аккуратности, терпения, усидчивости; элементов трудовой культуры; организации труда; экономного и бережного отношения к продуктам, оборудованию; строгого соблюдения правил безопасной работы и гигиены труда; творческого отношения к домашнему труду; развития обоняния, осязания, внимания, наблюдательности, памяти, воображения.

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице и в транспорте, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом.

Реализация курса должна способствовать достижению личностных результатов: пониманию своих реальных возможностей, владению навыками адаптации к изменяющимся жизненным условиям, развитию коммуникативных навыков и навыков сотрудничества, усвоению морально-этических норм, принятых в обществе, развитию эстетического и художественного вкуса детей, формированию установки на безопасный здоровый образ жизни, интереса к творчеству.

## Содержание разделов

| №  | Название раздела                     | Количество часов | Контрольные работы, тесты |
|----|--------------------------------------|------------------|---------------------------|
| 1  | Личная гигиена и здоровье            | 4                |                           |
| 2  | Охрана здоровья                      | 7                | 1                         |
| 3  | Жилище                               | 11               | 1                         |
| 4  | Одежда и обувь                       | 10               | 1                         |
| 5  | Питание                              | 21               | 1                         |
| 6  | Транспорт                            | 3                |                           |
| 7  | Средства связи                       | 3                |                           |
| 8  | Предприятия, организации, учреждения | 3                |                           |
| 9  | Семья                                | 5                |                           |
| 10 | Итоговое занятие                     | 1                | 1                         |
|    | <b>Итого:</b>                        | <b>68</b>        | <b>5</b>                  |

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Личностные:

- ~ овладение начальными трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- ~ формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками на уроках ОСЖ;
- ~ сформированность установки на бережное отношение к материальным ценностям;
- ~ воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств.

### Предметные:

#### Минимальный уровень:

- ~ иметь представления о разных группах продуктов питания;
- ~ знать, из чего состоит пища;
- ~ знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- ~ уметь приготовить несложные виды блюд под руководством учителя;
- ~ различать виды медицинской помощи;
- ~ иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- ~ соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- ~ знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- ~ соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- ~ знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- ~ знать названия торговых организаций, их виды и назначения;
- ~ совершать покупки различных товаров под руководством взрослого;
- ~ знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- ~ классифицировать продукты питания по содержанию в них различных веществ;
- ~ соблюдать санитарно-гигиенические правила при приготовлении пищи;

- ~
- ~
- ~
- кухонный уметь самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;
- ~ уметь самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- ~ уметь пользоваться бытовой техникой (посудомоечная машина, тостер, комбайн, электрический чайник, варочная панель);
- ~ уметь выполнять последовательность утреннего и вечернего туалета;
- ~ классифицировать личные и общие предметы личной гигиены;
- ~ классифицировать виды жилых помещений в городе и селе;
- ~ описывать способ передвижения в школу и обратно;
- ~ знать образовательные учреждения нашего города;
- ~ осознавать необходимость соблюдения режима дня для сохранения здоровья;
- ~
- ~ знать место работы родителей и ближайших родственников;
- ~ уметь оказать первую помощь при порезах.

### **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

### **Критерии оценки предметных результатов**

**Оценка «5»** ставится если:

- ~ обучающийся полностью излагает изученный материал в объеме программы по учебному предмету;
- ~ умеет использовать таблицы, схемы;
- ~ понимает и объясняет изученные понятия, термины;
- ~ самостоятельно выстраивает ответ.

**Оценка «4»** ставится, если обучающийся воспроизводит учебный материал, но допускает 1-2 неточности в фактическом вопросе:

- ~ не может самостоятельно привести пример;
- ~ отвечает на наводящие вопрос.

**Оценка «3»** ставится, если обучающийся обнаруживает знания и понимание учебного материала по данному вопросу, но эти знания излагает не полностью, монологическая речь несвязная, воспроизводит изученный материал по наводящим вопросам учителя.

**Оценка «2»** не ставится.

## **3. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС**

| № п/п | Название темы  | Кол-во часов | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|--|--------------|---|
| 1.    | Повторение. Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 2.    | Гигиена тела. Утренний и вечерний туалет   | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 3.    | Личные вещи для совершения туалета. Правила содержания личных вещей  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 4.    | Правила и приемы ухода за органами зрения  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 5.    | Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 6.    | Самолечение и его негативные последствия   | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 7.    | Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 8.    | Первая помощь при обморожениях   | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 9.    | Первая помощь при отравлениях  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 10.   | Первая помощь при солнечном ударе  | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 11.   | Меры по предупреждению несчастных случаев в быту   | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 12.   | Виды жилья: собственное и государственное. Коммунальные удобства в городе и сельской местности                             | 1            | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |

|     |   |   |   |
|-----|---|---|---|
| 13. | Домашние животные. Содержание животных в городской квартире   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 14. | Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 15. | Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба                             | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 16. | Электробытовые приборы на кухне: назначение, правила использования и ухода, техника безопасности      | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 17. | Кухонная утварь. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями                                  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 18. | Кухонная мебель: названия, назначение   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 19. | Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Правила ухода и хранения                               | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 20. | Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение. Уход за мебелью            | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 21. | Убранство жилых комнат. Правила ухода за убранством жилых комнат                                      | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 22. | Магазины по продаже различных видов мебели  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 23. | Виды одежды в зависимости от  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |

|     |  |   |   |
|-----|--|---|---|
|     | сезона. Особенности разных видов одежды  |   | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">37335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a>  |
| 24. | Правила и приемы повседневного ухода за одеждой  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 25. | Предупреждение появления вредителей на одежде (моли)                                     | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 26. | Ручная и машинная стирка изделий   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 27. | Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья                                 | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 28. | Специализированные магазины. Магазины по продаже одежды                                  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 29. | Правила возврата или обмена купленного товара. Хранение чека. Гарантийные средства носки | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 30. | Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека       | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 31. | Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине         | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 32. | Правила ухода за обувью из различных материалов  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 33. | Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания                                      | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 34. | Хлеб и хлебобулочные изделия. Правила хранения хлебобулочных изделий                     | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 35. | Традиционное блюдо - каша  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |

|     |  |   |   |
|-----|--|---|---|
|     |  |   | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">37335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a>  |
| 36. | Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения                 | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 37. | Виды растительного масла. Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц     | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 38. | Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Напитки для завтрака | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 39. | Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд      | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 40. | Сахар: его польза и вред   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 41. | Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей                         | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 42. | Чай. Виды чая. Способы заварки чая. Польза чая                                 | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 43. | Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления кофе       | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 44. | Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов                               | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 45. | Супы (виды, способы приготовления)   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 46. | Гарниры  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 47. | Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка             | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 48. | Свежие и замороженные продукты. Правила хранения.                              | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |

|     |  |   |   |
|-----|--|---|---|
| 49. | Овощные салаты: виды, способы приготовления  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 50. | Овощные салаты. Приготовление овощного салата  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 51. | Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 52. | Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание) | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 53. | Рынки. Виды продовольственных рынков. Основное отличие рынка от магазина   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 54. | Пригородный транспорт. Стоимость проезда. Расписание   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 55. | Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале                                 | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 56. | Платформа, перрон, путь. Правила поведения на железнодорожной станции  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 57. | Почта. Работа почтового отделения связи "Почта России"   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 58. | Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 59. | Культура разговора   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |

|     |   |   |   |
|-----|---|---|---|
|     | по телефону   |   | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">37335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a>  |
| 60. | Образовательные организации   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 61. | Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы                             | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 62. | Учреждения дополнительного образования. Экскурсия   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 63. | Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье  | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 64. | Семейный досуг. Виды досуга   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 65. | Любимые и нелюбимые занятия в свободное время   | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 66. | Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций                                 | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 67. | Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография | 1 | <a href="https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5">https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937335&amp;sort_by=published_at&amp;class_level_ids=5</a> |
| 68. | Итоговое занятие  | 1 |   |

