

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

МКУ «Управление образования» Енисейского района

МБОУ Озерновская СОШ №47

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
Озерновская СОШ № 47
_____ Драчук Г.А.

Приказ № 01-04-371
от «31» августа 2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) вариант 1

9 класса

(индивидуальное обучение на дому)

Озерное 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа по основе социальной жизни для учащихся по адаптированным образовательным программам для обучающихся с нарушением интеллекта (лёгкая степень) 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 и в соответствии со следующими нормативными документами:

- федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ с изменениями и дополнениями;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

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. Уроки направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся. Большинство разделов программы изучается с пятого по девятый классы. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений, навыков и формирования новых.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития учащихся, уровня их знаний, умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировать и совершенствовать у детей с нарушениями интеллекта необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с предприятиями, учреждениями, в которые им придется 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, выработки навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса у детей.

Программа раскрывает следующие основные разделы курса Основы социальной жизни:

1. Личная гигиена.
2. Здоровый образ жизни.
3. Жилище.
4. Питание.
5. Одежда и обувь.
6. Предприятия, учреждения.
7. Семья.

Транспорт. Улица. Правила дорожного движения. Реализуя разделы курса Основы социальной жизни в учебном процессе, решаются следующие задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы 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 психофизических качеств: обоняния, осязания, ловкости, скорости, внимания, наблюдательности, памяти, находчивости, смекалки, сообразительности, воображения, фантазии, а так же интереса к национальным традициям.

На занятиях по **ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ** уделяется большое внимание обогащению словарного запаса учащихся, развитию речи, умению общаться со сверстниками, окружающими людьми. В работе на уроках используются пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи, для практического применения знаний, умений, навыков, полученных на уроках чтения и развития речи.

Целью данного курса является развитие социальной компетентности у детей с особыми образовательными потребностями и подготовка их к самостоятельной жизни.

Задачи курса:

- ✓ формирование знаний и умений, способствующих социальной адаптации;
- ✓ формирование механизмов стрессоустойчивого поведения как основы психического здоровья школьника и условие их социально-психологической адаптации;
- ✓ развитие коммуникативной функции речи как непереносимое условие социальной адаптации детей с умственной отсталостью;
- ✓ освоение теоретической информации, а также приобретение бытовых навыков;
- ✓ развитие умений, необходимых учащимся с особыми образовательными потребностями для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- ✓ повышение уровня познавательной активности и расширение объема имеющихся знаний и представлений об окружающем мире.
- ✓ Воспитание позитивных качеств личности.

Основными формами и методами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, демонстрация учебных кинофильмов и др. Занятия по Основы социальной жизни ЖИЗНИ проводятся в специальном кабинете, в котором отведены места для учащихся 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.

Освоение программы предусматривает сочетание аудиторных занятий, основанных на интерактивных формах освоения учебного содержания, а также использовании примеров и ситуаций из опыта знакомых детям героев литературных произведений, учителей и самостоятельной работы, ориентированной на включение освоенного теоретического материала в реальную практику для решения конкретных проблем в повседневной жизни.

Освоения программы фиксируется в процессе проведения сюжетно-ролевых игр, экскурсий, обобщающих уроков, практических работ.

Место предмета в базисном учебном плане:

Учебный план 8 класса предусматривает на курс ОСЖ 2 ч в неделю, но с учетом индивидуального учебного плана МБОУ «Озерновская СОШ № 47» предусмотрено 1 ч в неделю с учителем, т. е. 34 ч за год и 1 час в неделю для самостоятельного изучения предмета, т. е. 34 часа. По причине пролонгации сроков обучения количество часов, отведенных на изучение данного учебного предмета в 9 классе разделено на два учебных года: 9 класс (2022-2023 учебный год) – 34 часа и 9 класс (2023-2024 учебный год) — 34 часа.

Содержание учебного материала 9 класс

1. ЛИЧНАЯ ГИГИНА - 4 часа

Повторение изученного в 6 классе.

Волосы. Уход за волосами. Способы ухода за волосами: мытье, расчесывание, укладывание в прическу, стрижка. Правила и способы действий при мытье волос. Периодичность мытья волос. Выбор моющего средства (мыло, шампунь). Использование фена для сушки волос – 3 часа.

Расчесывание волос. Выбор прически. Выбор прически с учетом ситуации – 1 час.

2. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – 4 часа

Закаливание организма водой (поочередное обливание ног теплой и прохладной водой, принятие контрастного душа под наблюдением взрослых). Утреннее умывание, обтирание, *обливание, соблюдение личной гигиены – 2 часа.

Закаливание организма воздухом (воздушные ванны, игры на воздухе, прогулки перед сном, проветривание помещения перед сном). *Закаливание организма солнцем* под наблюдением взрослых. Правила принятия солнечных ванн. Защита от солнца — головной убор, легкая одежда, пребывание в тени деревьев, навесов, защитных сооружений – 2 часа.

3. ЖИЛИЩЕ – 6 часов

Повседневная и еженедельная уборка жилого помещения. Правила, способы действий и их последовательность при уборке квартиры, дома – 2 часа.

Уход за мебелью. Способы ухода за мебелью с разным покрытием (неполированная, полированная, мягкая). Средства по уходу за мебелью, техника безопасности при их использовании – 2 часа.

Уход за зеркалами. Правила и приемы ухода за зеркалами. Техника безопасности при осуществлении ухода за зеркалами. Средства по уходу за зеркалами, приемы их использования, места приобретения – 2 часа.

4. ПИТАНИЕ – 16 часов

Пользование электроплитой. Техника безопасности при работе с электроплитой. Ориентирование в конфорках и соответствующих им включателях, включение и выключение конфорок, регулирование режима их работы – 1 час.

Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки. Варка яиц, сосисок,пельменей (вареников, клецек), макарон, супа из брикета: способы действий и их последовательность; время, необходимое для приготовления блюда; определение готовности блюда. Техника безопасности при приготовлении пищи (обращение с кипящей жидкостью). Уборка рабочего места после приготовления пищи, мытье посуды и размещение в местах хранения. Культура приема пищи и поведения за столом. – 3 часа.

Продукты питания. Способы и места хранения продуктов питания и приготовленных блюд (в холодильнике, в продуктовом шкафу и др.). Способы определения доброкачественных и испорченных продуктов, блюд. Избавление от пищевых отходов и испорченных продуктов, блюд – 2 часа.

Чай. Чайник для воды (обычный, электрический), заварочный чайник. Кипячение воды в электрочайнике. Заваривание чая в пакетиках. *Заваривание чая в заварочном чайнике. Правила безопасности. Сервировка стола к чаю – 2 часа.

Салат. Фруктовый (фруктово-ягодный) салат. *Фруктово-ягодный коктейль. Необходимые ингредиенты. Приготовление. Пользование ножом и разделочной доской. Правила безопасной работы – 2 часа.

Приготовление салата, винегрета из отварных овощей.* Определение состава демонстрируемого салата, винегрета. Определение состава салата по записанному рецепту. Отбор продуктов. Отваривание овощей. Способы обработки сваренных продуктов: удаление шкурки, разрезание, нарезание с помощью ножа, натирание на крупной терке. Соблюдение техники безопасности при работе с ножом, теркой. Смешивание и размешивание ингредиентов салата. Заправка салата сметаной, растительным маслом и др. Выкладывание салата из миски в салатницу. Способы украшения салата – 2 часа.

Бутерброды. Приготовление бутербродов по выбору: шпроты и лимон, колбаса и киви, ветчина и огурец и др. Намазывание хлеба маслом, раскладывание бутербродов на блюде, тарелке. Правила безопасной работы – 2 часа

Картофель. *Чистка картофеля, нарезка для жарки на подсолнечном масле. Правила безопасной работы – 2 часа.

5. ОДЕЖДА И ОБУВЬ – 8 часов

Уход за головными уборами. Правила и приемы *повседневного ухода* за головными уборами. Места и способы хранения головных уборов в квартире, доме. Подготовка сезонных головных уборов к хранению – 2 часа.

Стирка одежды. Особенности ручной стирки и сушки одежды из шерстяных тканей. Использование кондиционера при полоскании выстиранных вещей – 2 часа.

Глаженье одежды. Правила и приемы глаженья белья, рубашек, блузок, брюк. Особенности глаженья одежды из шерстяных тканей – 4 часа.

6. ПРЕДПРИЯТИЯ, УЧРЕЖДЕНИЯ – 14 часов

Кулинария: ассортимент товаров. Система действий покупателя. Правила поведения и речевой этикет покупателя. Экскурсия в магазин-кулинарию или соответствующий отдел универсального магазина*. – 2 часа.

Фотоателье. Отражение цепи событий своей жизни с помощью фотографий. Правила пользования услугами фотоателье. Речевой этикет посетителя. Виды услуг по проявлению фотопленки и изготовлению фотографий, места нахождения и порядок пользования ими. Экскурсия в фотоателье* – 2 часа.

Средства связи: почта, телеграф. Виды почтовых отправлений (письма, открытки, телеграммы). Написание адреса на почтовых конвертах, открытках. Порядок отправления письма, открытки. Составление текста телеграммы. Выбор художественного бланка. Экскурсии на почту, телеграф* – 4 часа.

Баня.* Правила пользования услугами бани.

Предприятия торговли в ближайшем окружении. Определение назначения магазинов по витринам, вывескам. Экскурсия к близлежащим торговым точкам (по выбору) – 2 часа.

*Специализированные и универсальные магазины. Магазины самообслуживания и магазины с прилавочной системой – 2 часа.

Покупка в магазине штучных товаров с помощью взрослого. *Расчет за покупку – 2 часа.

7. СЕМЬЯ – 6 часов

Семья. Семейные отношения. Быт семьи, распределение обязанностей между членами семьи. Взаимопомощь и забота друг о друге членов семьи – 3 часа.

Семейные традиции. Организация отдыха членов семьи, совместный отдых. Способы отдыха в выходные дни, проведение отпусков. Правила ведения фотоальбома. Пользование фотоаппаратом – 3 часа.

8. ТРАНСПОРТ. УЛИЦА. ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ – 10 часов

Транспорт: железнодорожный, автомобильный, воздушный, водный – 2 часа.

Пригородный транспорт. Транспорт для совершения поездок на небольшие расстояния: автобус, пригородный поезд. Расписание движения транспортных средств, ориентирование в нем. Место и порядок приобретения билетов – 2 часа.

Междугородный транспорт. Транспорт для совершения поездок на большие расстояния: автобус, поезд и др. Расписание движения транспортных средств, ориентирование в нем. Места и порядок приобретения билетов. Расчет стоимости проезда в направлениях «туда» и «обратно». Зависимость стоимости билета от вида поезда и типа вагона (общий, плацкартный, купейный). Пользование справочной службой вокзала, камерой хранения – 2 часа.

Опасность проезжей части улицы. Знаки для пешеходов («человечек» на голубом фоне). Знаки для машин («автомобиль»).

Перекресток. Правила перехода на перекрестках (светофор, «зебра», знак «Дети») – 2 часа.

Правила поведения в транспорте. Места для инвалидов и пожилых людей. Предъявление проездных документов (удостоверения) по требованию контролера. Хранение проездных документов – 1 час.

Итоговая проверочная работа. Дидактическая игра «Я и светофор» - 1 час.

Планируемые результаты.

1. Личная гигиена.

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
- правила и способы ухода за волосами: как мыть, расчесывать, укладывать волосы в прическу;	- выбрать моющее средство для мытья головы; - расчесывать волосы, укладывать в простую прическу;

<ul style="list-style-type: none"> - что есть различные стрижки; - периодичность мытья волос; - какими моющими средствами пользоваться при мытье волос; - правила пользования феном для сушки волос; - что прически бывают разные: праздничные, на каждый день. 	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила мытья волос и личной гигиены.
--	---

2. Здоровый образ жизни.

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none"> - о правилах закаливания организма водой, о пользе закаливания; - о правилах закаливания организма воздухом, о пользе прогулок перед сном, проветривании помещения перед сном; - о правилах закаливания организма солнцем, о правилах защиты от солнца (головной убор, легкая одежда, питье). 	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно регулировать горячую и холодную воду; - принимать водные процедуры; - подбирать одежду в соответствии с погодой; - соблюдать меры безопасности при закаливании организма.

3. Жилище

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none"> - правила, способы действий и их последовательность при уборке квартиры, дома; - о способах ухода за мебелью с разным покрытием (неполированная, полированная, мягкая); - о средствах по уходу за мебелью, технике безопасности при их использовании; - правила и приемы ухода за зеркалами, технику безопасности при осуществлении ухода за зеркалами. - о средствах по уходу за зеркалами, приемах их использования, местах приобретения. 	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила, способы действий при уборке квартиры, дома; - ухаживать за мебелью с разным покрытием; - соблюдать технику безопасности при использовании средств по уходу за мебелью; - ухаживать за зеркалами, соблюдая технику безопасности при осуществлении ухода за ними; - отбирать средства по уходу за мебелью и зеркалами.

4. Питание.

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none"> - технику безопасности при работе с электроплитой, электрочайником; - правила безопасной работы с электроплитой, режущими инструментами и разделочной доской; - виды посуды и столовых приборов; - правила варки яиц, сосисок,пельменей, макарон, супа из брикета: способы действий и их последовательность; время, необходимое для приготовления блюда; 	<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в конфорках и соответствующих им включателях электроплиты; - включать и выключать плиту, регулировать режим работы конфорок; - класть продукты питания и приготовленные блюда в места хранения; - убирать за собой грязную посуду; - нарезать хлеб, сырые и вареные овощи, фрукты; - строго соблюдать правила безопасности работы режущими инструментами

<ul style="list-style-type: none"> - правила мытья (чистки) посуды и уборки помещения; - правила и приемы ухода за посудой и кухонными приборами; - способы и места хранения продуктов питания и приготовленных блюд (в холодильнике, в продуктовой шкафу и др.); - правила приема пищи и поведения за столом; - способы определения доброкачественных и испорченных продуктов, блюд; - правила избавления от пищевых отходов и испорченных продуктов, блюд; - о видах чайников; - правила сервировки стола к чаю; - о правилах заваривания чая в пакетиках; - правила выкладывания салата из миски в салатницу и способы украшения салата; - правила приготовления простых бутербродов; - правила очистки сырого картофеля, способы его нарезки. 	<ul style="list-style-type: none"> и разделочной доской; - поставить чайник на плиту, вскипятить воду, сделать простой овощной салат; - соблюдать правила приема пищи и поведения за столом; - определять доброкачественные и испорченные продукты, блюда; - безопасно для здоровья избавляться от пищевых отходов и испорченных продуктов, блюд; - сервировать для себя и близких чайный стол; - включить электрочайник, аккуратно разлить кипяток; - налить воду в чайник; - приготовить чай в пакетиках; - оказать себе первую помощь в случае ожога (промыть место ожога струей холодной воды), позвать на помощь, обратиться за медицинской помощью; - выкладывать салат из миски в салатницу, украшать салат; - готовить простые бутерброды (намазать хлеб маслом, разложить бутерброды на блюде, тарелке); - правильно пользоваться специальным ножом (для чистки овощей).
---	--

5. Одежда и обувь

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none"> - о правилах и приемах повседневного ухода за головными уборами; - правила ручной стирки и сушки одежды из шерстяных тканей; - о правилах использования кондиционера при полоскании выстиранных вещей; - правила безопасной работы с электроутюгом; - о правилах и приемах глаженья белья, рубашек, блузок, брюк. 	<ul style="list-style-type: none"> - выворачивать, чистить, стряхивать от снега, пыли шапку, класть ее на место; - стирать небольшие шерстяные вещи (варежки, шарф, носки); - соблюдать технику безопасности при работе с утюгом; - гладить несложные вещи и предметы постельного белья.

6. Предприятия, учреждения

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none"> - систему действий и правила поведения и речевого этикета покупателя и посетителя в магазинах, предприятиях службы быта, на почте, телеграфе; - о видах почтовых отправлений (письма, открытки, телеграммы) и порядке отправления письма, открытки; - о правилах пользования услугами бани; - о правилах оплаты за товар в магазине. 	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения и речевого этикета покупателя и посетителя в магазинах, предприятиях службы быта, на почте, телеграфе (в общественных местах); - пользоваться почтовым ящиком; - положить товар в пакет, в хозяйственную сумку.

7. Семья

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none">- состав семьи, их фамилии, имена, отчества;- быт семьи, распределение обязанностей между членами семьи.	<ul style="list-style-type: none">- записывать фамилию, имя, отчество своих членов семьи;- исполнять определенные обязанности в семье;- выполнять правила поведения в семье.

8. Улица. Транспорт. Правила безопасного движения.

Ученики могут знать	Ученики могут уметь
<ul style="list-style-type: none">- основные виды транспорта: железнодорожный, автомобильный, воздушный, водный;- о транспорте для совершения поездок на небольшие расстояния, месте и порядке приобретения билетов;- о транспорте для совершения поездок на большие расстояния, месте и порядке приобретения билетов, о камерах хранения;- знаки для пешеходов, основные знаки для машин;- о правилах перехода на перекрестках;- о правилах поведения в транспорте, о специальных местах для инвалидов и пожилых людей;- о необходимости приобретения и предъявления проездных билетов, документов;- о профессиях людей, работающих в транспортных организациях: водитель, кондуктор, контролер.	<ul style="list-style-type: none">- соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведение в салоне и при выходе на улицу);- соблюдать правила дорожного движения, перехода дороги;- обращаться за помощью к работникам транспортных организаций.

Календарно-тематическое планирование

№ п/ п	Тема урока	Кол- во часов	Контроль ная работа
1 2 3 4	Повторение изученного в 8 классе. Волосы. Практические уроки «Сушим, расчесываем волосы», «Расчесывание волос. Выбор прически».	4	
5 6	Закаливание организма водой. (поочередное обливание ног теплой и прохладной водой, принятие контрастного душа под наблюдением взрослых). Утреннее умывание, обтирание, соблюдение личной гигиены.	2	
7 8	Закаливание организма воздухом. Способы закаливания организма солнцем.	2	
9 10	Повседневная и еженедельная уборка жилого помещения. Практические уроки.	2	
11 12	Уход за мебелью. Практические уроки.	2	
13 14	Практический урок «Уход за зеркалами». Проверочная работа «Моем парты».	2	
15	Пользование электроплитой.	1	
16 17 18	Практические уроки «Приготовление пищи с минимумом тепловой обработки». «Культура приема пищи и поведения за столом».	3	
19 20	Продукты питания. Способы определения доброкачественных и испорченных продуктов, блюд. Избавление от пищевых отходов и испорченных продуктов, блюд. Практический урок.	2	
21 22	Практические уроки «Чай», «Сервировка стола к чаю».	2	
23 24	Практические уроки «Фруктово-ягодный салат».	2	
25 26	Приготовление салата, винегрета из отварных овощей.	2	

27 28	Бутерброды. Практический урок «Приготовление бутербродов по выбору».	2	
29 30	Картофель. Проверочная работа «Правила пользования электроплитой».	2	1
31 32	Уход за головными уборами. Практический урок «Подготовка сезонных головных уборов к хранению».	2	
33 34	Стирка одежды. Практический урок.	2	
	Всего	34	1

Учебно-методический комплекс

1. Астафьев В.И., Черданцева А.Ф. Советы по домоводству. Минск, 2001.
2. Борисова М. Моя первая кулинарная книга. СПб., 2002.
3. Ваша квартира от А до Я: Энциклопедия домашнего хозяйства. М.; Минск, 2000.
4. Девяткова Т.А. Социально-бытовая ориентировка в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя/ Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова, А.Г. Петрикова, Н.М. Платонова, А.М. Щербакова; под ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005
5. Дорохов А.А. Это стоит запомнить: - М.: Дет. лит., 1980
6. Зайцев Г. Уроки Айболита: Пособие для детей 5-8 лет. СПб., 1997.
7. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра: Пособие для детей 5-8 лет. СПб., 1996.
8. Кияткина О. И. Этикет и сервировка стола. М.; Минск, 2002.
9. Львова С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида, 5-9 классы: пособие для учителя/С.А. Львова. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005
10. Махалова Т.И. Для вас, девочки. Новосибирск, 1993
11. Снегирева А. Между нами, девочками: Энциклопедия для девочек. М., 2000.
12. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений/А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: «Просвещение», 2012.
13. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений/А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: «Просвещение», 2012. Интернет-ресурсы:
1. <http://files.school-collection.edu.ru/> 2. www.openclass.ru
3. <http://old.internet-school.ru> (интернет-школа просвещение.ru) 4. www.skillopedia.ru (видеоуроки) 5. <http://festival.1september.r>

