

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЕГОРЬЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
САКМАРСКОГО РАЙОНА ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрено:  
Руководитель ПМО  
Приказ № 1 от 31.08.2022г.  
*И.В. Каратасва*

Проверено:  
Заместитель директора  
по УВР *И.А. Куспакова*  
31.08.2022г.



Утверждено:  
Директор МБОУ «Егорьевская  
СОШ» *М.В. Контик*  
для  
Приказ № 230 от 31.08.2022г.  
ДОКУМЕНТО

**Рабочая программа**  
учебного предмета «Основы социальной жизни»  
адаптированной основной общеобразовательной программы  
образования обучающегося с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) вариант 1  
5-9 классы  
(Срок реализации: 5 лет)

Составитель рабочей программы:  
Цехмейстер Н.И. - учитель логопеда

с. Искра  
2022 г.

## Пояснительная записка.

Программа «Основы социальной жизни» предназначена для обучающихся 5-9 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014г.;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) от 22 декабря 2015 г. № 4/15;
- Учебный план МБОУ «Егорьевская СОШ» для обучающихся с ОВЗ.

Социальная адаптация через активное освоение и принятие целей, ценностей, норм, правил и способов поведения, принятых в современном обществе, является универсальной основой для личностного и социального благополучия человека. Обучающийся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) не в состоянии самостоятельно выделить, осознать и усвоить те звенья социальных структур, которые позволяют комфортно поддерживать существование в социальной среде и успешно реализовывать в ней свои потребности и цели. По сути, он лишен самостоятельного благополучного существования в современном обществе.

В связи с чем, программа «Основы социальной жизни» призвана подготовить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной и безопасной жизни в современном обществе; правильному рациональному ведению домашнего хозяйства, позволить овладеть практическими умениями, связанными с обслуживанием и самообслуживанием себя и членов семьи.

Программа «Основы социальной жизни» ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

**Цель программы «Основы социальной жизни»** - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

**Основные задачи реализации программы «Основы социальной жизни»:**

- расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
- формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
- ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
- практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
- усвоение морально – этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе и использованием деловых бумаг);
- развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

Планируемые результаты

**Планируемые результаты.**

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы «Основы социальной жизни» представлены личностными и предметными результатами.

### ***Личностные результаты***

1. Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
2. Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.
3. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
4. Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
5. Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
6. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
7. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
8. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
9. Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
10. Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
11. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
12. Формирование готовности к самостоятельной жизни.

### ***Предметные результаты***

Предметные результаты представлены 2 уровнями овладения знаниями: минимальным и достаточным.

#### ***Раздел «Введение»***

##### *Минимальный уровень:*

- знать название учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- находить расположение кабинета учебного предмета «Основы социальной жизни»;
- знать и выполнять правила поведения в кабинете «Основы социальной жизни».

##### *Достаточный уровень:*

- знать краткое содержание и значение предмета «Основы социальной жизни»;
- соблюдать правила техники безопасности в кабинете;
- соблюдать санитарно – гигиенические требования на уроках «Основы социальной жизни».

#### ***Раздел «Личная гигиена и здоровье»***

##### *Минимальный уровень:*

- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством педагога;
- знать название предметов, используемых для выполнения утреннего и вечернего туалета.

##### *Достаточный уровень:*

- уметь выполнять утренний и вечерний туалет в определенной последовательности;
- знать название и назначение индивидуальных предметов и предметов общего пользования личной гигиены;
- выполнять санитарно-гигиенические требования пользования личными (индивидуальными) вещами.

### ***Раздел «Охрана здоровья»***

#### Минимальный уровень:

- выполнять профилактику простудных заболеваний под руководством педагогов в школе- интернате.

#### Достаточный уровень:

- знать и выполнять простейшие меры по профилактике простудных заболеваний;
- знать названия лекарственных растений, узнавать их;
- уметь применять под руководством взрослого лекарственные растения для профилактики и лечения простудных заболеваний.

### ***Раздел «Жилище»***

#### Минимальный уровень:

- знать свой домашний почтовый адрес;
- уметь пользоваться коммунальными удобствами (лифт, мусоропровод, домофон, почтовый ящик).

#### Достаточный уровень:

- знать типы жилых помещений;
- знать название жилых комнат, и их назначение;
- знать свой домашний почтовый адрес и уметь записывать его.

### ***Раздел «Одежда и обувь»***

#### Минимальный уровень:

- знать отдельные виды одежды и обуви;
- выполнять правила ухода за одеждой и обувью под руководством педагога;
- соблюдать правила ухода за одеждой и обувью в повседневной жизни.

#### Достаточный уровень:

- подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону;
- различать и использовать одежду и обувь в зависимости от назначения;
- уметь самостоятельно выполнять ежедневный уход за одеждой.

### ***Раздел «Питание»***

#### Минимальный уровень:

- знать название отдельных продуктов питания (хлебобулочные изделия, яйца; напитки: чай, кофе, сок, нектар);
- знать значение продуктов питания для здорового образа жизни человека;
- иметь представление о санитарно - гигиенических требованиях при приготовлении пищи, соблюдении техники безопасности при приготовлении пищи;
- уметь готовить омлет, бутерброды, заваривать чай под руководством педагога.

### Достаточный уровень:

- знать состав продуктов питания и их значение для развития и правильной работы организма человека;
- знать и соблюдать режим питания;
- знать и выполнять гигиенические требования к продуктам питания, кухонным принадлежностям, посуде, месту приготовления пищи;
- знать о значении завтрака для здоровья человека;
- знать и уметь составлять меню завтрака;
- знать технологию приготовления и уметь готовить для завтрака холодные и горячие блюда;
- знать и называть хлебобулочные изделия, соблюдать правила хранения хлебобулочной продукции;
- знать и уметь определять годность яиц, соблюдать технологию хранения;
- уметь готовить блюда из яиц;
- знать основные напитки, подаваемые на завтрак;
- уметь заваривать чай, варить кофе;
- уметь выполнять сервировку стола с учетом меню завтрака.

### **Раздел «Транспорт»**

#### Минимальный уровень:

- знать название транспортных средств;
- соблюдать правила поведения в общественном транспорте;
- уметь выполнять поездку на общественном транспорте под руководством педагога.

#### Достаточный уровень:

- знать наиболее рациональный маршрут проезда к школе – интернату;
- знать варианты проезда до школы различными видами транспорта;
- уметь оплачивать проезд в общественном транспорте;
- знать и соблюдать правила безопасного поведения в общественном транспорте, правила передвижения по улице, при переходе проезжей части.

### **Раздел «Средства связи**

#### Минимальный уровень:

- название основных средств связи.

#### Достаточный уровень:

- знать назначение основных средств связи.

### **Раздел «Семья»**

#### Минимальный уровень:

- знать фамилию, имя, отчество членов семьи;
- правильно и определять и называть степень родства членов семьи.

#### Достаточный уровень:

- знать возраст, дни рождения, профессию, место работы членов семьи;

- уметь определять степень родства членов семьи;
- знать и уметь выстраивать положительные взаимоотношения с членами семьи.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся 5 класса. Отсутствие достижения минимального уровня не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

## **Основное содержание учебного предмета.**

### **«Диагностика»**

Выявление знаний и умений учащихся. Проверка знаний осуществляется по разделу «Личная гигиена», «Охрана здоровья», «Жилище», «Одежда и обувь», «Транспорт», «Питание».

### **«Введение»**

Вводное занятие.

### **«Личная гигиена и здоровье»**

Утренний и вечерний туалет. Личные вещи. Правила содержания личных вещей. Практическая работа «Выполнение утреннего и вечернего туалета».

### **«Охрана здоровья»**

Профилактика простудных и вирусных заболеваний. Лекарственные растения. Практическая работа «Заваривание травяного чая».

### **«Жилище»**

Типы и виды жилых помещений. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Домашний почтовый адрес. Планировка помещения, типы жилых комнат.

Практическая работа: «Написание адреса на конверте».

### **«Одежда и обувь»**

Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Виды одежды. Головные уборы и их назначение. Виды обуви. Практическая работа «Ежедневный уход за одеждой».

### **«Питание»**

Продукты питания. Значение питания в жизни человека. Место и условия приготовления пищи. Кухонные принадлежности и приборы. Приготовление завтрака. Меню завтрака. Хлеб и хлебобулочные изделия. Яйца, блюда из яиц. Чай, кофе, фруктовые напитки.

Практическая работа «Приготовление бутербродов и канапе», «Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет», «Заваривание чая, варка кофе».

### **«Транспорт»**

Городской общественный транспорт. Маршрут движения, стоимость проезда до школы, дома. Виды проездных билетов, льготный проезд, стоимость проезда.

Практическая работа «Поездка в общественном транспорте»

### **«Средства связи»**

Основные средства связи.

### **«Семья»**

Семья. Личные взаимоотношения в семье. Состав семьи, родственные отношения.

№ урока	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1.	Вводное занятие Ознакомление с предметом «Основы социальной жизни», его задачами, кабинетом				
<b>Раздел «Личная гигиена и здоровье»</b>					
2.	Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение.	Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук, приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук	Гигиена зрения. Значение зрения в жизни и деятельности человека. Правила бережного отношения к зрению при выполнении различных видов деятельности: чтения, письма, просмотре телепередач, работы с компьютером.	Гигиена тела. Уход за телом. Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками.	Негативное влияние на организм вредных привычек: табака, алкоголя, токсических и наркотических средств. Вредные привычки и способы предотвращения их проявления.
3.	Личные вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расчёска, полотенце): правила хранения и уход.	Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Косметические средства для ухода за кожей ног	Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач.	Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки)	Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека.
4.	Правила содержания личных вещей.	«Мытье рук, стрижка ногтей, уход за кожей рук»	Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека.	«Стирка личного белья (носки, колготки)»	Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.
5.	«Выполнений утреннего и вечернего туалета»		Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений.	Уход за волосами. Средства ухода за волосами: шампуни. Кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типа волос.	

6			Утренняя гимнастика. <b>Практическая работа</b> «Составление и выполнение комплекса утренней гимнастики»	Средства для борьбы перхотью и выпадением волос.	
7.				<b>Практическая работа</b> «Уход за волосами»	
<b>Раздел «Охрана здоровья»</b>					
8.	Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.	Первая помощь при обморожении, солнечном ударе.	Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.
9.	Лекарственные растения. Виды, названия, способы хранения.	Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов ссадин с применением специальных средств (раствор йода, бриллиантового зеленого)	Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом.	Первая помощь при отравлении.	Уход за больным: измерение температуры, смена постельного белья лежачего больного»
10.	<b>Практическая работа</b> «Заваривание травяного чая»	Лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения.	Вызов «скорой» или неотложной помощи.	Первая помощь при ушибах и травмах.	<b>Практическая работа</b> «Чтение назначений врача в рецепте, чтение аннотаций (лист - вкладыш) к лекарствам»
11.		<b>Экскурсия в аптеку</b> (виртуальная)	<b>Сюжетно-ролевая игра</b> «Я вызываю врача»	<b>Практическая работа</b> «Наложение повязки на рану, поврежденную конечность»	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.
12.			Госпитализация. Амбулаторный прием.	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	
13.			<b>Экскурсия в поликлинику, больницу</b> (виртуальная)	.	
14.			Самолечение и его негативные последствия.		
<b>Раздел «Жилище»</b>					

15.	Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное.	Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.	Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.	Санузел. Оборудование санузла, его назначение. Правила техники безопасности при использовании чистящих моющих средств	Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная).
16.	Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики)	Виды уборки жилища (сухая, влажная). Инвентарь, моющие средства. Правила техники безопасности при использовании чистящих и моющих средств	<b>Практическая работа</b> «Уход за комнатными растениями»	Ванная комната. Оборудование ванной комнаты, ее назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.	Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже мебели
17.	Домашний почтовый адрес.	Ежедневная уборка жилого помещения.	Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца.	«Уборка санузла и ванной комнаты»	«Уход за мебелью»
18.	<b>Практическая работа:</b> «Написание адреса на конверте»	Электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности при уборке жилых помещений.	Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход.	Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Техника безопасности	Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии, ковры, паласы, светильники
19.	Планировка помещения. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Назначение жилых комнат.	«Ежедневная уборка жилого помещения»	Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание.	Правила ухода за убранством жилых комнат.
20.			Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение нежилых (подсобных) помещений.	Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств.	«Уход за зеркальными и стеклянными поверхностями»
21.			Кухня. Нагревательные	«Ручная стирка белья»	«Создание интерьера жилой

			приборы: виды плит в городской квартире печь и плита в сельской местности, микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.		комнаты»
22.			Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка). Назначение, правила пользования и ухода, техника безопасности	Правила пользования стиральными машинами, стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках.	Уход за различными видами напольных покрытий
23.			«Пользование электробытовыми приборами и уход за ними»	«Стирка белья в стиральной машине»	«Уход за напольным покрытием»
24.			Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями.	Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).	Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к лету, зиме.
25.			Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.	<b>Практическая работа</b> «Чтение инструкций к бытовым приборам и моющим средствам»	<b>Практическая работа</b> «Подготовка квартиры к лету, зиме»
26.			«Уход за кухонной посудой»	<b>Экскурсия в магазин бытовой техники</b> (виртуальная)	Насекомые и грызуны в доме: виды, вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме.
27.			Кухонное белье: полотенца, скатерть, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажной, смесовая ткань). Правила хранения и		Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми.

			ухода		Предупреждение отравлений ядохимикатами.
28.			Кухонная мебель: название и назначение.		Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми
29.			<b>Практическая работа</b> «Уборка кухни»		
30.	Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека.	Значение опрятного вида человека.	Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат	Правила и приемы глажения блузок и рубашек	Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами.
31.	Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначение (деловая, праздничная, спортивная, домашняя, рабочая). Виды одежды в зависимости сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды.	Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.	<b>Практическая работа</b> «Наложение заплаты»	«Правила и приемы глажения блузок и рубашек»	Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.
32.	Головные уборы и их назначение.	Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли)	Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья.	Глажение изделий из различных видов тканей.	<b>Практическая работа</b> «Определение размера одежды»
33.	Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека. Виды обуви: в зависимости от времени года, назначения (спортивная, домашняя, выходная), вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная)	<b>Практическая работа</b> «Пришивание пуговиц, петель»	<b>Практическая работа</b> «Чтение условных обозначений»	«Глажение изделий из различных видов тканей»	Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды

34.	<b>Практическая работа</b> «Ежедневный уход за одеждой»	<b>Практическая работа</b> «Зашивание распоровшегося шва»	Правила сушки белья из разных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках.	Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей.	Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные сроки носки.
35.		Уход за обувью. Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Использование кремов для чистки обуви. Виды кремов для чистки обуви. Их назначение. Сушка обуви. Правила ухода за обувью из различных материалов.	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования.	Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно – гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен	Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийные сроки службы обуви; хранение чека или его копии.
36.		<b>Практическая работа</b> «Ежедневный уход за обувью»	<b>Практическая работа</b> «Правила и приемы глажения постельного белья»	<b>Практическая работа</b> «Выведение пятен»	<b>Экскурсия в специализированный магазин одежды и обуви (виртуальная)</b>
37.			<b>Практическая работа</b> «Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды»	Предприятия бытового обслуживания. Химчистка. Услуги химчистки.	
38.			Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви	Правила приема изделий и выдача изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.	
39.			Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант.	<b>Практическая работа</b> «Заполнение бланков»	
40.			<b>Практическая работа</b> «Заполнение бланков»		
<b>Раздел «Питание»</b>					
41.	Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного	Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин.	Прием пищи. Первые вторые и третьи блюда: виды, значение.	Жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Место для хранения жиров.	Плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, разка. Свежие и замороженные продукты.

	питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания. Виды продуктов питания.				
42.	Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.	Составление меню для холодного и горячего ужина. Отбор продуктов для ужина. Стоимость и расчет продуктов для ужина.	Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда.	Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения.	Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли для приготовления блюд. Сахар: его польза и вред.
43.	Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Напитки для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.	Овощи. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, разка. Свежие и замороженные продукты.	Первые блюда: виды, способы приготовления.	Мука. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения, просеивание муки. Вредители муки.	Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.
44.	Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака	«Приготовление салата и холодной закуски»	«Приготовление первых блюд»	Виды теста: дрожжевое, песочное, слоеное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Приготовление изделий из замороженного теста.	Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов.
45.	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба.	Молоко и молочные продукты: виды и правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд,готавливаемых на основе молока (каши, молочный суп)	Овощные салаты: виды, способы приготовления	Дрожжевое и пресное тесто. Виды изделий из теста: пирожки, булочки. Запись рецептов	Соление, маринование овощей. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении.
46.	«Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе»	«Приготовление молочной манной каши»	Мясо и мясopодукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью	«Приготовление булочек из дрожжевого теста»	«Засолка помидор»

			микроволновой печи.		
47.	Яйца. Правила хранения. Место для хранения яиц.	Крупы. Виды круп. Правила хранения круп. Вредители круп.	«Приготовление мясного блюда»	«Приготовление пирожков пресного теста»	«Компот из яблок»
48.	«Блюда из яиц: яйца отварные; яичница-глазунья, омлет»	«Приготовление гречневой каши»	Рыбные блюда (виды, способы приготовления).	Песочное тесто. Виды изделий из теста: печенье. Запись рецептов	«Засолка капусты»
49.	Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Фруктовые напитки: соки, нектары Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе		«Приготовление блюда из рыбы»	«Приготовление печенья из песочного теста»	Варка варенья их ягод.
50.	<b>Практическая работа</b> «Заваривания чая, варка кофе»		Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.	Слоеное тесто. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье. Запись рецептов	«Варка варенья»
51.			«Отваривание макарон»	Виды товаров: фасованные, на вес, в разлив. Срок годности продуктов питания (условные значения на этикетках).	Рынки. Видывпродовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина
52.			Праздничный обед. Сервирование стола дляобеда. Правила этикета за столом.	<b>Практическая работа</b> «Расчет стоимости товаров на вес»	
53.			<b>Практическая работа</b> «Сервировка праздничного стола»	<b>Практическая работа</b> «Расчет стоимости товаров на разлив»	
54.			Магазины по продаже продуктовпитания.Основныеотделывпродуктовых магазинах.	<b>Практическая работа</b> «Покупка товара в продуктовоммагазине»	
55.			Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины.		
56.			Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью товаров и самообслуживание).		

57.			<i>Экскурсия в продуктовый магазин (виртуальная)</i>		
<b>Раздел «Транспорт»</b>					
58.	Городской транспорт. Виды городского транспорта.	Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание.	Междугородний железнодорожный транспорт. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале.	Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.
59.	Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.		Порядок приобретения билетов, стоимость проезда.	Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь.	Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.
60.	Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.		<i>Экскурсия на автовокзал (виртуальная)</i>	Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.	<b>Практическая работа</b> «Посещение сайта авиакомпании и покупка билета»
61.				<i>Экскурсия на железнодорожный вокзал (виртуальная)</i>	
<b>Раздел «Средства связи»</b>					
62.	Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.	Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.	Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки	Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Номера телефонов экстренной службы.	Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.
63.		Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.	Культура разговора по телефону.	Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления
64.		<b>Практическая работа</b> «Написание почтового	<b>Практическая работа</b> «Упаковка бандероли,	Правила оплаты различных видов телефонной связи.	<b>Практическая работа</b> «Заполнение бланка

		адреса на конверте»	посылки»	Сотовые компании, тарифы.	денежного перевода»
65.			<b>Практическая работа</b> «Заполнение бланка отправления посылки»	<b>Сюжетно – ролевая игра</b> «Разговор по телефону»	
66.				<b>Экскурсия в салон сотовой связи</b>	
<b>Раздел «Предприятия, организации, учреждения»</b>					
67.		Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения.	Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.	Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятий, виды деятельности, основные виды выпускаемой продукции,	Исполнительные органы государственной власти (области, района, города).
68.		<b>Экскурсия в детский сад (виртуальная)</b>	<b>Экскурсия в учреждение дополнительного образования детей и подростков (виртуальная)</b>	Профессии рабочих и служащих.	Муниципальные власти. Структура, назначение.
69.				<b>Экскурсия в центр занятости населения (виртуальная)</b>	<b>Экскурсия в многофункциональный центр (виртуальная)</b>
<b>Раздел «Семья»</b>					
70.	Родственные отношения в семье. Взаимоотношения между родственниками.	Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.	Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки.	Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещение музеев, театров.	Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность.
71.			Правильная рациональная организация досуга. Правила поведения в общественном месте	Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы, посещение спортивных секций.	Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха.
72.			Деньги, их виды и назначения.	Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего – либо, фотография.	Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.
73.			Экономика домашнего	Основные статьи расходов	Планирование

			хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники доходов. Определение суммы доходов на месяц.	планирование расходов на месяц по отдельным статьям.	дорогостоящих покупок.
74.	Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии.		Практическая работа «Определение доходов семьи»	<b>Практическая работа</b> «Определение расходов семьи»	Страхование. Виды страховых, условия оформления и получения выплат
75.				<b>Практическая работа</b> «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за электроэнергию»	Трудоустройство. Виды и порядок трудоустройства. Трудовое законодательство РФ
76.				<b>Практическая работа</b> «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за воду»	<b>Практическая работа</b> «Оформление деловых бумаг. Написание заявления на принятие и увольнение с работы»
77.				<b>Практическая работа</b> «Подсчет и заполнение квитанций коммунальных платежей. Плата за газ»	<b>Практическая работа</b> «Оформление деловых бумаг. Написание заявлений на отпуск, объяснительных, заявлений»
78.				Онлайн банк правила пользования.	<b>Практическая работа</b> «Оформление деловых бумаг. Написание автобиографии»
79.					Займы. Порядок и условия получения займов населением.
80.					Кредит. Виды кредитования населения. Условия получения, ежемесячные платежи. Кредитная история.
81.					Финансовая безопасность

### Методическое обеспечение.

1. Программы для специальных коррекционных образовательных учреждений VIII вида, 5-9классы.:В.В. Воронкова, М.Н.Перова и др.– М.: Владос, 2010 г.

2. Практический материал к урокам Социально-бытовой ориентировки в специальных (коррекционных) школах 8 вида. пособие 5-9 класс. С.А.Львова. М: Владос 2009г
3. Социально-бытовая ориентировка. Развернутое тематическое планирование 5-9 классы. автор составитель С.Л.Львова, В: «Учитель»2010г. для образовательных учреждений VII – VIII видов
4. Социально-бытовая ориентировка. Технологические карты уроков по программе В.В. Воронковой, С.А. Казаковой. 6 класс. Автор составитель С.В. Вахрамеева В: «Учитель»2016г. для образовательных учреждений VII – VIII видов
5. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. 5 класс. Учебное пособие специальных (коррекционных) школ 8 вида. М: Владос 2013г.
6. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. 6 класс. Учебное пособие специальных (коррекционных) школ 8 вида. М: Владос 2013г.
7. Социально-бытовая ориентировка. В.П. Субчева. 5-9 класс. Методическое пособие специальных (коррекционных) школ 8 вида. М: Владос 2013г

**Демонстрационно-наглядные пособия:**

Магнитная доска, ноутбук.

Шаблоны различных деловых бумаг, квитанций

**Демонстрационный материал по темам:**

Презентации по темам «Одежда», «Питание», «Медицинская помощь», «Транспорт», «Семья», «Торговля», «Культура поведения», «Питание», «Личная гигиена», Таблицы и наглядные плакаты по темам:

«Распорядок дня», «Правила безопасности на дорогах», «Питание», «Торговля», «Средства связи» и другие.

Дидактические игры: различные коррекционно-развивающие задания и упражнения, загадки, кроссворды, ребусы; Тематические папки с подборками вырезок по всем темам курса.

**Книгопечатная продукция:**

Книги для дополнительного чтения

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс**

Предмет	Класс	Вариант	
Основы социальной жизни	5	ОСЖ 5	
Раздел	Описание раздела	Тема урока	Кол-во часов
Введение		Введение	1
I. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА: 4 часа		Правила личной гигиены в течение дня	1
		Предметы и средства личной гигиены	1
		Уход за полостью рта. Уход за ушами	1
		Уход за волосами	1
III. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ: 2 часа		Поведение в музее, библиотеке.	1
		Поведение в кино, театре.	1
IV. ЖИЛИЩЕ: 3 часа		Виды жилых помещений в городе и деревне	1

		Виды помещений в жилых домах (варианты квартир и подсобных помещений)	1
		Гигиенические требования к жилому помещению, инвентарь и приспособления для уборки. Правила вытирания пыли, подметания пола.	1
V. ПИТАНИЕ: 4 часа		Значение продуктов питания для здоровья человека.	1
		Кухонная посуда, приборы, приспособления, назначение	1
		Чайная посуда. Сервировка стола к завтраку.	1
		Правила заваривания чая.	1
V. Транспорт: 4 часа		Виды городского транспорта. Оплата проезда в автобусе	1
		Правила поведения в транспорте, на улице.	1
		Проезд в школу (транспортный и пешеходный маршрут)	1
		Правила дорожного движения	1
VI. КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ: 1 час		Поведение за столом	1
VIII. ТОРГОВЛЯ: 3 часа		Основные виды магазинов. Их назначения. Правила поведения в магазине.	1
		Виды отделов в продуктовых магазинах и правила покупки товара.	1
		Порядок покупки товара в продовольственном магазине.	1
IX. ПИТАНИЕ: 3 часа		Приготовление бутербродов	1
		Приготовление салата или винегрета (вареные овощи)	1
X. ОДЕЖДА И ОБУВЬ: 5 часов		Виды одежды и головных уборов, их назначение	1
		Повседневный уход за одеждой и подготовка ее к хранению.	1
		Виды обуви, их назначение	1
		Повседневный уход за кожаной обувью, за обувью из замши, текстиля, шерсти (валяная)	1
		Подготовка обуви к хранению	1
XI. ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА: 1 час		Повторение пройденной темы. Проверочная работа.	1
XII. ПИТАНИЕ: 1 час		Повторение пройденной темы. Проверочная работа.	1
XIII. ОДЕЖДА И ОБУВЬ: 1 час		Повторение пройденной темы. Проверочная работа.	1
XIV. ТРАСПОРТ: 1 час		Повторение пройденной темы. Тест - поездка на городском транспорте	1
		Тест - поездка на городском транспорте	1
			34

### 6 класс

Предмет	Класс	Вариант	
Основы социальной жизни	6	ОСЖ 5	
Раздел	Описание раздела	Тема урока	Кол-во часов

Личная гигиена – 3 часа		Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).	1
		Уход за руками (уход за ногтями, кожей рук, кремы).	1
		Уход за ногами (уход за ногтями, кожей ног, кремы). Профилактика грибковых заболеваний.	1
Одежда– 5 часов		Значение внешнего вида человека.	1
		Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков).	1
		Мелкий ремонт одежды (зашивание распоровшегося шва).	1
		Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шёлковых тканей.	1
		Утюжка фартуков, косынок, салфеток.	1
Питание – 8 часов		Гигиена приготовления пищи.	1
		Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности.	1
		Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп.	1
		Приготовление блюд из макаронных изделий.	1
		Приготовление блюд из картофеля и других овощей.	1
		Приготовление блюд из молока и молочных продуктов	1
		Сервировка стола к ужину.	1
		Подведение итогов.	1
Семья – 2 часа		Состав семьи учащихся: имена, отчества, возраст, место работы членов семьи. Родственные отношения: мать, отец, брат, бабушка и т.д.	1
		Личные взаимоотношения в семье, права и обязанности каждого члена семьи.	1
Культура поведения – 1 час		Поведение в общественных местах (кино, театре, музее, библиотеке). Поведение при посещении массовых мероприятий.	1
Жилище – 2 часа		Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника. Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос.	1
		Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход). Уход за полом. Средства по уходу за полом.	1
Транспорт – 4 часа		Основные транспортные средства	1
		Пользование городским транспортом. Оплата проезда на всех видах городского транспорта (разовый, проездной, единый билеты).	1
		Наиболее рациональные маршруты передвижения в разные точки города, поселка, в ближайшие населенные пункты.	1
		Пригородные поезда. Расписание. Направления, зоны. Разовые и сезонные билеты.	1
Торговля – 3 часа		Продовольственные и специализированные продовольственные магазины.	1

		Виды товаров, их стоимость.	1
		Порядок приобретения товаров.	1
Средства связи – 2 часа		Основные средства связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы). Виды писем (закрытые, открытые, простые, заказные). Порядок отправки писем различных видов. Стоимость пересылки.	1
Медицинская помощь-2 часа		Написание адреса и индекса на конвертах. Телеграф. Виды телеграфных услуг. Тарифы. Заполнение телеграфных бланков. Составление текстов телеграмм.	1
		Виды медицинских учреждений	1
		Виды медицинской помощи: доврачебной, «скорой помощи», помощь на дому, амбулаторный прием, госпитализация.	1
Учреждения, организации, предприятия – 1 час		Дошкольные учреждения – детские ясли, сад, школа гимназия, лицей, колледж и их назначение.	1
			34

### 7 класс

Предмет	Класс	Вариант	
<b>Основы социальной жизни</b>	7	ОСЖ 7	
Раздел	Описание раздела	Тема урока	Кол-во часов
ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА		Личная гигиена подростка.	1
		Гигиена одежды, нательного и постельного белья.	1
ОДЕЖДА		Ремонт разорванных мест одежды, штопка одежды.	1
		Штопка одежды: заплатка нашивная.	1
		Штопка одежды: заплатка декоративная.	1
		Практическая работа: ремонт разорванных мест одежды, штопка одежды.	1
		Стирка хлопчатобумажного белья вручную и с помощью стиральной машины.	1
		Практическая работа: стирка хлопчатобумажного белья вручную.	1
		Утюжка белья, брюк, спортивной одежды.	1
		Практическая работа: глажение белья.	1
	Практическая работа: глажение брюк.	1	
	Практическая работа: глажение спортивной одежды.	1	
		Химчистка. Виды услуг. Правила пользования.	1
		Экскурсия в химчистку.	1
ПИТАНИЕ		Приготовление пи щии: обед. Виды питания.	1

		Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Значение первых блюд	1
		Закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов. Значение блюд из овощей, рыбы, мяса. Салат.	1
		Питание. Практическая работа.	1
		Приготовление второго блюда. Практическая работа.	1
		Приготовление второго блюда. Практическая работа.	1
		Третьи блюда. Кисель, компот.	1
		Питание. Практическая работа.	1
		Использование электробытовых приборов для экономии времени при приготовлении пищи.	1
		Сервировка стола к обеду.	1
		Питание. Практическая работа.	1
		Питание. Практическая работа.	1
СЕМЬЯ		Помощь родителям по уходу за младшими детьми.	1
		Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Разучивание «тихих» игр.	1
		Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Сказки, песенки.	1
		Помощь родителям по уходу за младшими детьми. Подвижные игры.	1
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ		Поведение в гостях. Правила приёма приглашения в гости.	1
		Поведение в гостях. Подготовка к поездке в гости.	1
		Подарки	1
		Культура поведения в гостях.	1
ЖИЛИЩЕ		Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, к лету.	1
		Регулярная и сезонная уборка жилого помещения. Подготовка квартиры к зиме, к лету.	1
		Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
		Санитарная обработка помещения в случае необходимости.	1
		Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др).	1
		Уход за мебелью в зависимости от её покрытия (мягкая обивка, полировка, лак и др).	1
		Животные в доме (кошка, собака, попугай).	1
		Жилище.	1
ТРАНСПОРТ		Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.	1
		Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзал и его службы. Расписание поездов.	1
		Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону, интернету). Камера хранения	1
		Виды пассажирских вагонов. Примерная стоимость проезда до разных пунктов. Приобретение железнодорожных билетов (покупка в кассе, заказ по телефону, интернету). Камера хранения багажа.	1
ТОРГОВЛЯ		Универсальные и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов.	1

		Отделы магазинов.	1
		Стоимость некоторых товаров. Порядок приобретения товара.	1
		Торговля. Экскурсия в промтоварный магазин.	1
СРЕДСТВА СВЯЗИ		Виды бандеролей (простые, ценные, заказные).	1
		Упаковка. Порядок их отправления.	1
		Упаковка.	1
		Стоимость пересылки.	1
		Заполнение бланков.	1
		Средства связи. Экскурсия на почту.	1
МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ		Домашняя аптечка. Термометр.	1
		Лекарственные растения.	1
		Практическая работа: приготовление витаминного чая.	1
		Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1
		Первая помощь при травмах, ранах, микротравмах, ушибах, вывихах, переломах.	1
		Медицинская помощь. Экскурсия в травмпункт.	1
УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ		Предприятия бытового обслуживания	1
		Предприятия бытового обслуживания, их назначение.	1
ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА		Деньги (монета, купюра, валюта). Их назначение и значение в нашей жизни.	1
		Бюджет семьи. Источники дохода. Заработная плата членов семьи, пенсия.	1
		Практическая работа: определение доходов семьи, составление доверенности на получение зарплаты	1
		Мелкие расходы.	1
			70

### 8 класс

Предмет	Класс	Вариант	
Основы социальной жизни	8	ОСЖ 7	
Раздел	Описание раздела	Тема урока	<b>Кол-во часов</b>
Личная гигиена		Приемы ухода за кожей	1
		Средства и способы укрепления здоровья	1

<b>Культура поведения</b>	Общение юношей и девушек.	1
	Внешний вид.	1
	Выбор одежды.	1
	Практическая работа. Требования к внешнему виду.	1
<b>Семья</b>	Грудной ребенок в семье.	1
	Периодичность кормления ребенка.	1
	Правила купания ребенка	1
	Одевания и пеленание ребенка	1
	Уход за ребенком	1
	Правила содержания детской посуды, игрушек	1
<b>Одежда и обувь</b>	Шерстяные и синтетические ткани	1
	Стиральные порошки	1
	Утюжка рубашек и блузок	1
	Практическая работа по ремонту одежды	1
<b>Жилище</b>	Моющие средства для уборки	1
	Уборка кухни, санузла, ванны	1
	Печатные инструкции	1
	Виды моющих средств	1
<b>Медицинская помощь</b>	Первая помощь при ожогах	1
	Первая помощь при обморожении	1
	Первая помощь при отравлении	1
	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе	1
	Первая помощь утопающему	1
	Меры по предупреждению несчастных случаев в быту	1
	Практическая работа. Оказание первой помощи.	1
<b>Транспорт</b>	Междугородний автотранспорт	1
	Маршруты. Билеты	1
	Водный транспорт. Порт.	1
<b>Торговля</b>	Виды рынков	1
	Различие рынка и магазинов	1
	Различие рынка и магазинов	1
	Практическая работа	1
<b>Средство связи</b>	Телефон	1
	Виды связи	1
	Телефонный справочник	1
	Культура разговора по телефону	1

		Номера экстренных служб	1
<b>Учреждения, организации</b>		Департамент	1
		Муниципалитет. Префектура.	1
		Полиция	1
		Преступность и правопорядок	1
<b>Экономика домашнего хозяйства</b>		Бюджет семьи	1
		Основные статьи расходов семьи.	1
		Экономика домашнего хозяйства.	1
		Практическая работа	1
		Правила экономии	1
		Содержания жилища, его оплата	1
		Сбережение.	1
		Порядок помещения сбережений с сбербанк.	1
		Виды вкладов	1
	<b>Питание</b>		Виды теста
		Тесто пресное	1
		Подбор продуктов по рецепту	1
		Приготовлении лапши	1
		Тесто дрожжевое	1
		Подбор продуктов по рецепту	1
		Тесто для блинов	1
		Выпечка печенья	1
		Чтение рецептов по кулинарной книге.	1
		Заготовка продуктов впрок	1
		Запись рецепта	1
		Запись рецептов соления ,варения	1
		Сушка продуктов	1
		Способы сушки продуктов	1
		Повторение пройденного материала	1
	Итоговое тестирование	1	
		70	

**9 класс**

<b>Предмет</b>	Класс	Вариант	
<b>Основы социальной</b>	9	ОСЖ 9	

<b>жизни</b>				
<b>Раздел</b>	Описание раздела	Тема урока	<b>Кол-во часов</b>	
ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА		Здоровый образ жизни – одно из условий успеха в жизни человека.	1	
		Вред курения, алкоголя и наркотиков.	1	
ОДЕЖДА И ОБУВЬ		Стиль в одежде, мода.	1	
		Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности	1	
		Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением.	1	
		Выбор обуви при покупке в соответствии с назначением.	1	
		Варианты обновления одежды. ( теория )	1	
		Варианты обновления одежды (замена мелких деталей).	1	
		Средства и правила выведения мелких пятен на одежде. ТБ	1	
		Строжайшее соблюдение техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен. Практическая работа	1	
	ПИТАНИЕ		Санитарно-гигиенические в процессе приготовления пищи	1
			Рецепты приготовления блюд для детей ясельного возраста	1
		Рецепты приготовления национальных блюд. (теория)	1	
		Рецепты приготовления национальных блюд. Практическая работа	1	
		Составление меню и сервировка праздничного стола. (теория)	1	
		Составление меню и сервировка праздничного стола. Практическая работа	1	
		Диетическое питание	1	
СЕМЬЯ		Рецепты приготовления диетических блюд.	1	
		Российская семья. Условия создания семьи.	1	
		Условия создания семьи, основы семейных отношений, семейные традиции	1	
		Взаимоотношения в семье.	1	
		Распределение обязанностей по ведению хозяйства, бюджета. Практическая работа	1	
КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ		Семейные ситуации.	1	
		Формы организации досуга, отдыха в семье.	1	
		Традиции культуры	1	
		Традиции культуры поведения в современном обществе. Практическая работа	1	
ЖИЛИЩЕ		Соседи. Правила общежития	1	
		Прием гостей и правила хорошего тона в обращении с друзьями, знакомыми	1	
		Рациональная расстановка мебели в квартире. Практическая работа	1	
		Интерьер.	1	
ТРАНСПОРТ		Сохранение жилищного фонда	1	
		Повторение и обобщение знаний по теме «Жилище»	1	
		Назначение авиатранспорта.	1	

	Аэровокзал. Маршруты.	1
	Порядок приобретения билета и их возврата	1
	Стоимость проезда	1
ТОРГОВЛЯ	Рынок. Роль рынка в обеспечении населения продуктами питания	1
	Рынок. Отделы рынка.	1
	Комиссионные магазины, торговля уцененными товарами	1
	Скупка вещей у населения.	1
	Ярмарки. Их виды, время и место проведения	1
СРЕДСТВА СВЯЗИ	Виды связи.	1
	Особенности каждого вида связи и их значимость, необходимость в современных условиях жизни общества.	1
	Виды денежных переводов (почтовые, телеграфные). Стоимость отправления денежных переводов	1
	Посылки. Правила упаковки и отправления. Практическая работа.	1
МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению.	1
	Уход за больным. Практическая работа	1
	Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности	1
УЧРЕЖДЕНИЯ, ОРГАНИЗАЦИИ И ПРЕДПРИЯТИЯ	Предприятия бытового обслуживания	1
	Предприятия бытового обслуживания, их назначение.	1
	Виды оказываемых услуг.	1
	Профессии работников предприятия Практическая работа	1
ЭКОНОМИКА ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА	Расходы на удовлетворение культурных потребностей	1
	Расходы на удовлетворение культурных потребностей и некоторые текущие расходы.	1
	Экономия в домашнем хозяйстве. Практическая работа	1
	Сбережения. Назначение сбережений.	1
	Хранение денег в сберегательной кассе.	1
	Виды вкладов.	1
	Кредит. Оформление кредита. Государственное страхование	1
ТРУДОУСТРОЙСТВО	Выбор профессии	1
	Профессионально-жизненная перспектива.	1
	Учреждения и отделы по трудоустройству.	1
	Оформление на работу, постоянную и по договору.	1

	Документы, необходимые для поступления на работу. Практическая работа.	1
	Трудовой договор	1
	Трудовой стаж.	1
	Охрана труда несовершеннолетних	1
	Итоговое тестирование	1
		68

## Оценочные материалы.

Тесты для проведения годовой итоговой аттестации по ОСЖ для учащихся 5-9 классов

Тест по «Основы социальной жизни» для учащихся 5 класса

Дата \_\_\_\_\_ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: \_\_\_\_\_

Вопросы и задания	Ответы
1. Отметь правильные ответы. Что может быть общее?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Зубная паста</li><li>• Зубная щетка</li><li>• Шампунь</li><li>• Мочалка</li><li>• Расческа</li><li>• Зеркало</li></ul>
2. Отметь правильные ответы. Что должно быть личное?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Шампунь</li><li>• Мочалка</li><li>• Расческа</li><li>• Зеркало</li><li>• Зубная паста</li><li>• Зубная щетка</li></ul>
3. Отметь правильный ответ. Зубы нужно чистить	<ul style="list-style-type: none"><li>• Один раз в день – утром</li><li>• Один раз в день – вечером</li><li>• Два раза в день – утром и вечером</li></ul>
4. Отметь правильный ответ. При чтении и письме свет должен освещать страницу	<ul style="list-style-type: none"><li>• Справа</li><li>• Сзади</li><li>• Слева</li></ul>
5. Отметь правильный ответ. Телевизор можно смотреть	<ul style="list-style-type: none"><li>• Сколько хочу</li><li>• Не более 2 часов в день</li></ul>
6. Отметь правильный ответ. Какая одежда нужна на каждый день?	<ul style="list-style-type: none"><li>• Праздничная</li><li>• Повседневная</li><li>• Спортивная</li></ul>
7. Отметь правильный ответ.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Моют</li></ul>

Что делают с грязной резиновой обувью?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Чистят кремом для обуви</li> </ul>
8. Отметь лишнее	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Нож</li> <li>• Тарелка</li> <li>• Ложка</li> <li>• Вилка</li> </ul>
9. Отметь правильный ответ. Посуду нужно мыть	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вечером</li> <li>• Сразу после еды</li> </ul>
10. Укажи цифрами правильный порядок мытья посуды	<ul style="list-style-type: none"> <li>__ Прополоскать посуду в чистой воде</li> <li>__ Включить тёплую воду</li> <li>__ Поставить посуду в сушку</li> <li>__ Намочить губку водой и нанести на неё моющее средство</li> <li>__ Обработать губкой посуду с внутренней, а затем с внешней стороны</li> <li>__ Сухую посуду убрать в шкаф</li> </ul>
11. Отметь правильный ответ. Приготовить, расставить на столе посуду, приборы. Это значит сделать	<ul style="list-style-type: none"> <li>• установку</li> <li>• сервировку</li> <li>• обстановку</li> </ul>
12. Отметь правильный ответ. Какой водой заваривают чай?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• холодной водой</li> <li>• теплой водой</li> <li>• горячей водой</li> <li>• кипятком</li> </ul>
13. Отметь правильные ответы. Какие блюда можно подавать на завтрак?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• первое блюдо (суп)</li> <li>• каша молочная</li> <li>• чай</li> <li>• компот</li> <li>• рыба жареная и картофельное пюре</li> <li>• бутерброд с сыром</li> <li>• винегрет</li> </ul>
14. Соедини стрелками.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

<p>Кухонная посуда</p> <p>Кухонные приборы и принадлежности</p> <p>Столовая посуда</p> <p>Столовые приборы</p>	<p>ножи, вилки, ложки для приема пищи</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• посуда, в которой готовят пищу (кастрюля, сковорода)</li> <li>• посуда, из которой едят (сервизы чайные, столовые)</li> <li>• рабочие ножи, терки, разделочные доски, дуршлаг, шумовка</li> </ul>
<p>15. Отметь правильные ответы.</p> <p>Каким должно быть положение туловища при правильной осанке?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• голова опущена</li> <li>• плечи отведены назад</li> <li>• живот подтянут</li> <li>• плечи опущены вперед</li> <li>• голова приподнята</li> <li>• колени выпрямлены</li> <li>• руки опущены свободно</li> <li>• колени согнуты</li> </ul>
<p>16. Отметь правильные ответы.</p> <p>При встрече говорят</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• здравствуйте</li> <li>• до встречи</li> <li>• добрый день</li> <li>• прощайте</li> </ul>
<p>17. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется принятый порядок поведения?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• признание</li> <li>• этикет</li> <li>• воспитание</li> </ul>
<p>18. Отметь правильные ответы.</p> <p>Сколько раз в день надо здороваться с одним и тем же человеком?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• только один раз при встрече</li> <li>• каждый раз при встрече</li> </ul>
<p>19. Отметь правильный ответ.</p> <p>Во время еды</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• можно положить локти на стол</li> <li>• нельзя класть локти на стол</li> </ul>
<p>20. Отметь правильные ответы.</p> <p>Назови виды жилых помещений в квартире</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• детская комната</li> <li>• санузел</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• гостиная</li> <li>• кухня</li> <li>• спальня</li> <li>• кладовая</li> </ul>
21. Отметь лишний предмет на столе у школьника	<ul style="list-style-type: none"> <li>• настольная лампа</li> <li>• копилка</li> <li>• точилка</li> </ul>
22. Отметь правильный ответ. Где можно поставить стол школьника?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• в тёмном углу комнаты</li> <li>• у окна</li> <li>• на кухне</li> </ul>
23. Отметь правильные ответы. Что нужно написать при заполнении почтового адреса на конверте?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• индекс</li> <li>• Фамилию, имя отправителя и адресата</li> <li>• № квартиры</li> <li>• № подъезда</li> <li>• название улицы</li> <li>• название города (поселка, села)</li> <li>• название области</li> <li>• № дома</li> <li>• № этажа</li> <li>• год рождения отправителя и адресата</li> </ul>
24. Отметь правильный ответ. Как называют средства для перевозки грузов, людей?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• легковой автомобиль</li> <li>• такси</li> <li>• транспорт</li> <li>• метро</li> </ul>
25. Отметь правильные ответы. Какие виды транспортных средств относят к городскому пассажирскому транспорту?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• велосипед</li> <li>• троллейбус</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• грузовой автомобиль</li> <li>• автобус</li> <li>• метро</li> <li>• легковой автомобиль</li> <li>• трамвай</li> <li>• трактор</li> </ul>
<p>26. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называют человека идущего пешком?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• пассажир</li> <li>• ученик</li> <li>• пешеход</li> <li>• водитель</li> </ul>
<p>27. Отметь правильные ответы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Жди транспорт в установленных местах</li> <li>• На остановке пассажиры должны сначала войти, а потом выйти</li> <li>• На остановке пассажиры должны сначала выйти, а потом войти</li> <li>• Войдя в салон транспорта, оплати проезд</li> <li>• Оплати проезд при выходе из транспорта</li> <li>• Уступай место в транспорте пожилым, инвалидам и малышам</li> <li>• Во время остановки транспорта продвигайся к выходу</li> <li>• Продвигайся к выходу в транспорте заранее</li> </ul>
<p>28. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какой транспорт называют наземным?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Теплоход</li> <li>• Автобус</li> <li>• Электропоезд</li> <li>• Метро</li> <li>• Самолет</li> </ul>

	Автомобиль • Пассажирский поезд • Мотоцикл • Катер
--	--

**Тестпо «Основы социальной жизни» для учащихся 6 класса**

Дата \_\_\_\_\_ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: \_\_\_\_\_

Вопросы и задания	Ответы
1. Отметь правильный ответ.  Начинать закаливание можно с ...	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Обливания холодной водой</li> <li>• Обтирания влажным полотенцем</li> </ul>
2. Отметь правильный ответ.  Стричь ногти нужно	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 раз в месяц</li> <li>• 1 раз в неделю</li> <li>• Каждый день</li> </ul>
3. Выбери правильные ответы.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Руки вымой с мылом и протри насухо</li> <li>• Руки ополосни водой и вытри</li> <li>• Тапки можно одолжить у друга</li> <li>• Можно носить только свою обувь</li> <li>• Стриги ногти на ногах сразу после принятия ванны</li> <li>• Стирай носки 1 раз в неделю</li> <li>• Стриги ногти, не распаривая их</li> <li>• Стирай носки ежедневно</li> </ul>
4. Выбери правильные ответы.  Что относится к ремонту одежды?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Глажение одежды</li> <li>• Зашивание разорванного места по шву</li> <li>• Пришивание пуговиц</li> <li>• Стирка одежды</li> <li>• Пришивание вешалки</li> </ul>
5. Обозначь цифрой 1 инструменты, цифрой 2 приспособления, цифрой 3 фурнитуру для выполнения ремонта одежды?	__ Пуговицы  __ Ножницы

	<p>__ Наперсток</p> <p>__ Игла</p> <p>__ Нитковдеватель</p> <p>__ Крючок</p> <p>__ Кнопка</p> <p>Игольница</p>
6. Установи последовательность пришивания пуговицы	<p>__ пришей пуговицу</p> <p>__ закрепи нитку, обрежь</p> <p>__ подбери нитки по цвету пуговицы</p> <p>__ вставь нитку в иголку, сделай узелок</p> <p>__ удали обрывки старой нити</p> <p>определи место пришивания пуговицы</p>
7. Выбери правильные ответы.  Выбери предметы, необходимые для ручной стирки белья.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стиральная машина</li> <li>• Таз</li> <li>• Мыло туалетное</li> <li>• Стиральный порошок</li> <li>• Теплая вода</li> <li>• Холодная вода</li> </ul>
8. Нарисуй символы ухода за одеждой.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ручная стирка</li> <li>• Стирка запрещена</li> <li>• Утюжка при высокой температуре</li> </ul>
9. Запиши недостающие этапы стирки белья	<p>1) налей в таз теплую воду</p> <p>2)</p> <p>3) замочи белье</p> <p>4) поменяй моющий раствор</p> <p>5)</p> <p>6) тщательно прополощи белье</p>

	7)	
	8)	
10. Выбери правильный ответ. Гладить вещи нужно, двигая утюг	<ul style="list-style-type: none"> <li>• По долевой нити</li> <li>• По поперечной нити</li> <li>• Можно не соблюдать направление нитей в ткани</li> </ul>	
11. Обозначь цифрами порядок утюжки белья.	<input type="checkbox"/> Приготовь гладильную доску, утюг <input type="checkbox"/> Включи утюг <input type="checkbox"/> Установи ручку терморегулятора на нужный показатель <input type="checkbox"/> Сложи белье аккуратно <input type="checkbox"/> Проверь состояние подошвы и шнура утюга <input type="checkbox"/> Выключи утюг <input type="checkbox"/> Погладь белье	
12. Расставь стрелки	Название продукта	Место хранения
	Картофель	Морозильная камера
	Колбаса	Холодильник
	Свежая рыба, Свежее мясо	Кладовая
	Крупа	Кухонный шкаф
13. Выбери правильный ответ Какое молоко ты купишь 7 февраля?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Золотые луга» (годен до 08.02.11)</li> <li>• «Простоквашино» (годен до 10.03.11)</li> </ul>	
14. Отметь правильные ответы. Какие блюда можно подавать на ужин?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• первое блюдо (суп)</li> <li>• бутерброд с колбасой</li> <li>• чай</li> <li>• лимонад</li> <li>• котлета и отварные макароны</li> <li>• творожная запеканка</li> <li>• салат из капусты и моркови</li> </ul>	
15. Отметь правильные ответы. Какие правила нужно соблюдать при приготовлении манной каши?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Крупу до варки перебрать</li> <li>• Перед варкой помыть крупу</li> <li>• Манную крупу мыть не нужно</li> <li>•</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Засыпать крупу в кипящее молоко или воду</li> <li>• Засыпать крупу в холодное молоко или воду и нагревать на плите, помешивая</li> <li>• Кашу варить помешивая, пока не загустеет (5-7 минут)</li> <li>• Закрой кастрюлю крышкой и оставь на слабом огне на 20 минут</li> </ul>
<p>16. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называются овощи, вареные крупы и другие добавления к мясным и рыбным блюдам?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пюре</li> <li>• Гарнир</li> <li>• Меню</li> <li>• Рецепт</li> </ul>
<p>17. Соедини стрелками.</p> <p>Кухонная посуда</p> <p>Кухонные приборы и принадлежности</p> <p>Столовая посуда</p> <p>Столовые приборы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ножи, вилки, ложки для приема пищи</li> <li>• посуда, в которой готовят пищу (кастрюля, сковорода)</li> <li>• посуда, из которой едят (сервизы чайные, столовые)</li> <li>• рабочие ножи, терки, разделочные доски, дуршлаг, шумовка</li> </ul>
<p>18. Выбери правильный ответ.</p> <p>Люди, которые живут вместе, ведут общее хозяйство-это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• родня</li> <li>• семья</li> <li>• родители</li> </ul>
<p>19. Отметь правильные утверждения.</p> <p>Какие правила поведения в семье нужно соблюдать?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ежедневно нужно убирать свою комнату</li> <li>• Свою комнату убирать по просьбе взрослых</li> <li>• Во время уборки убирать только свою комнату</li> <li>• Помогать в уборке всей квартиры</li> <li>• Играть с младшими детьми</li> <li>• Ухаживать за младшими детьми должны только родители</li> <li>•</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выносить мусор по просьбе родителей</li> <li>• Выносить мусор ежедневно</li> </ul>
<p>20. Отметь три правильных утверждения</p> <p>В кино, театре нужно:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приходить за 10 минут до представления</li> <li>• Уходить из зала в любое время</li> <li>• Проходить на свое место лицом к зрителям</li> <li>• Можно опоздать к началу</li> <li>• Сдать вещи в гардероб</li> </ul>
<p>21. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется перерыв между действиями спектакля?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Перемена</li> <li>• Антракт</li> <li>• Отдых</li> <li>• Фойе</li> </ul>
<p>22. Отметь правильные ответы.</p> <p>Как правильно вести себя в музее, библиотеке?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Можно задавать вопросы</li> <li>• Нельзя менять местами книги, экспонаты</li> <li>• Можно менять местами книги, экспонаты</li> <li>• Нельзя задавать вопросы</li> </ul>
<p>23. Отметь правильный ответ.</p> <p>Ежедневную уборку выполняют</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 раз в три месяца</li> <li>• 1 раз в неделю</li> <li>• Каждый день</li> </ul>
<p>24. Отметь правильные утверждения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пол нужно мыть 1 раз в месяц</li> <li>• Комнату проветривать 1 раз в день</li> <li>• Протирать пыль ежедневно</li> <li>• Комнату проветривать 3 раза в день</li> <li>• Пол мыть 1 раз в неделю</li> </ul>
<p>25. Как называют электрический прибор для чистки ковра?</p>	_____
<p>26. Отметь правильный ответ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Покрыть лаком</li> </ul>

<p>Как ухаживать за полом, покрытым линолеумом?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пылесосить</li> <li>• Мыть с моющим средством</li> <li>• Красить</li> </ul>
<p>27. Отметь правильный ответ.</p> <p>К городскому пассажирскому транспорту относят:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пассажирский поезд</li> <li>• Автобус</li> <li>• Трамвай</li> <li>• Мотоцикл</li> <li>• Троллейбус</li> <li>• Автомобиль</li> </ul>
<p>28. Отметь правильный ответ.</p> <p>Пригородный поезд относят к</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Городскому пассажирскому транспорту</li> <li>• Воздушному транспорту</li> <li>• Автомобильному транспорту</li> <li>• Железнодорожному транспорту</li> <li>• Водному транспорту</li> </ul>
<p>29. Отметь правильный ответ.</p> <p>Что можно купить в магазине продовольственных товаров?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Хозяйственные товары</li> <li>• Одежду</li> <li>• Продукты питания</li> <li>• Школьные принадлежности</li> </ul>
<p>30. Установи последовательность покупки товара в магазине.</p>	<p>___ положи чек на хранение</p> <p>___ рассмотри товар на витрине, обрати внимание на стоимость товара</p> <p>___ заплати за товар в кассу</p> <p>___ вежливо обратись к продавцу с просьбой показать товар</p> <p>___ заранее подумай, что бы ты хотел купить в магазине</p> <p>___ возьми чек, проверь по нему сдачу</p> <p>___ обратись к продавцу с просьбой рассказать о качествах товара</p>

<p>31. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как правильно вести себя у входа в магазин?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пропусти выходящих из магазина</li> <li>• Сначала должны войти, потом выйти</li> </ul>
<p>32. Отметь правильный ответ.</p> <p>Почта, телеграф, телефон, компьютер-это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Виды почтовых отправлений</li> <li>• Основные средства связи</li> </ul>
<p>33. Отметь правильный ответ.</p> <p>Назови почтовые отправления.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Конверт</li> <li>• Бандероль</li> <li>• Письмо</li> <li>• Телеграмма</li> <li>• Марка</li> <li>• Посылка</li> </ul>
<p>34. 1)Составь текст телеграммы из предложенных слов: дочь, ноябрь, выезжать, двадцать один, экзамен, вагон, сдать, шесть, встречать, Елена, поезд «Москва -Новый Уренгой»</p> <p>2) Подсчитай стоимость этой телеграммы, если стоимость одного слова составляет 2 рубля.</p>	<p>1)</p> <p>2)</p>
<p>35.Соедини стрелками, укажи кого и что лечит: Педиатр</p> <p>Окулист</p> <p>Отоларинголог</p> <p>Хирург</p>	<p>Глаза</p> <p>Детей</p> <p>Травмы</p> <p>Ухо, горло, нос</p>
<p>36.Выбери правильный ответ.</p> <p>При сильной острой боли нужно</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вызвать врача на дом</li> <li>• Вызвать врачей «Скорой помощи»</li> <li>• Записаться на прием к врачу</li> </ul>
<p>37.Что выписывает врач больному для покупки лекарств?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Таблетки</li> <li>• Лечение</li> <li>• Рецепт</li> <li>•</li> </ul>

	Лекарство
38. Укажи номер телефона скорой помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 01</li> <li>• 02</li> <li>• 03</li> <li>• 04</li> </ul>
39. Соотнеси название учреждения и возраст ребенка, поставь стрелки:  Школа  Детский сад  Ясли	<p>от 1,5 до 3 лет</p> <p>с 3 до 7 лет</p> <p>с 7 лет</p>

**Тестпо «Основы социальной жизни» для учащихся 7 класса**

Дата \_\_\_\_\_ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: \_\_\_\_\_

Вопросы и задания	Ответы
1. Отметь правильные ответы.  Какие правила личной гигиены должен соблюдать подросток	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принимать душ два раза в день</li> <li>• Пользоваться косметическими средствами в соответствии с инструкцией</li> <li>• Дезодорант можно применять на невымытое тело</li> <li>• Ежедневно менять нижнее бельё</li> <li>• Менять нижнее бельё 1 раз в неделю</li> <li>• Применяй дезодоранты только на чистое тело</li> <li>• Пользоваться можно любыми косметическими средствами</li> </ul>
2. Отметь правильный ответ.  Ремонт дырки в одежде с помощью переплетения ниток называется	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Штопка</li> <li>• Заплата</li> <li>• Зашивание распоровшегося шва</li> </ul>
3. Отметь правильные ответы.  Можно стирать в домашних условиях	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рубашку</li> <li>• Носки</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пальто, пуховик</li> <li>• Подушки</li> <li>• Постельное бельё</li> </ul>
<p>4. Отметь правильный ответ.</p> <p>Вещи перед сушкой расправляют</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Чтобы потом не гладить</li> <li>• Чтобы потом было легче гладить</li> </ul>
<p>5. нарисуй значение символов</p>	<p>_____ Стирка</p> <p>_____ Отбеливание</p> <p>_____ Химчистка</p> <p>_____ Сушка</p> <p>_____ Утюжка</p>
<p>6. Отметь правильный ответ.</p> <p>Краткая запись состава и способа приготовления блюда называется</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Меню</li> <li>• Рецепт</li> </ul>
<p>7. Отметь правильный ответ.</p> <p>Миксер нужен для</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приготовления мясного фарша</li> <li>• Нарезки овощей</li> <li>• Взбивания продуктов, приготовления жидкого теста</li> </ul>
<p>8. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какие блюда можно подавать на обед?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• первое блюдо (суп)</li> <li>• бутерброд с колбасой</li> <li>• чай</li> <li>• компот</li> <li>• котлета и отварные макароны</li> <li>• творожная запеканка</li> <li>• салат из капусты и моркови</li> </ul>
<p>9. Отметь правильный ответ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отвар</li> <li>•</li> </ul>

Как называется отвар мяса, рыбы, грибов?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Суп</li> <li>• Бульон</li> </ul>	
10. Отметь правильный ответ. Из чего можно приготовить третье блюдо?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Йогурт</li> <li>• Фрукты, ягоды</li> <li>• Овощи</li> </ul>	
11. Выбери правильные утверждения о правилах поведения в гостях.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приходи в гости точно в назначенное время</li> <li>• Смотри без спроса то, что тебя интересует</li> <li>• Уходя из гостей, попрощайся со всеми, а затем с хозяевами</li> <li>• Если хочешь что-то посмотреть спроси об этом хозяев</li> <li>• Поддерживай в гостях беседу</li> </ul>	
12. Отметь правильный ответ. Сезонная уборка помещения проводится	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 раз в неделю</li> <li>• 1 раз в год</li> <li>• 3-4 раза в год</li> </ul>	
13. Укажи стрелками назначение окна, отопления и коврика у входной двери.	Окно	Для тепла и от сырости
	Отопление	От песка и грязи
	Коврик у входной двери	Для света и проветривания
14. Укажи порядок действий при мытье окон	<ul style="list-style-type: none"> <li>___ Растереть до блеска окно</li> <li>___ Промыть чистой водой</li> <li>___ Нанести чистящее средство</li> </ul>	
15. Отметь правильный ответ. Назови способ ухода за мягкой мебелью	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Удалять пыль сухой тряпкой</li> <li>• Чистить с помощью пылесоса</li> <li>• Мыть с мылом</li> </ul>	
16. Отметь правильные ответы. К железнодорожному транспорту относят:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пассажирский поезд</li> <li>• Трамвай</li> <li>• Электропоезд</li> </ul>	

<p>17. Укажи номерами назначение различных служб вокзала:</p> <p>1. Касса продажи билетов на поезда дальнего следования</p> <p>2. Касса предварительной продажи билетов</p> <p>3. Касса возврата билетов</p> <p>4. Справочная служба</p> <p>5. Камера хранения</p> <p>6. Зал ожидания</p>	<p>__ Дает справки о направлении движения, времени отправления, стоимости билетов, их наличии</p> <p>__ Для хранения вещей пассажиров</p> <p>__ Продает билеты на поезда дальнего следования предварительно за 45 суток до отправления поезда</p> <p>__ Для отдыха и ожидания поезда</p> <p>__ Продает билеты на поезда дальнего следования</p> <p>__ Возвращает деньги за билеты на поезда дальнего следования</p>
<p>18. Отметь правильный ответ.</p> <p>В каком вагоне поезда билет будет стоить дороже?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Плацкартном</li> <li>• Купейном</li> </ul>
<p>19. Отметь правильные ответы.</p> <p>Что можно купить в магазине промышленных товаров?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Хозяйственные товары</li> <li>• Одежду</li> <li>• Продукты питания</li> <li>• Школьные принадлежности</li> </ul>
<p>20. Установи последовательность покупки товара в магазине.</p>	<p>__ положи чек на хранение</p> <p>__ рассмотри товар на витрине, обрати внимание на стоимость товара</p> <p>__ заплати за товар в кассу</p> <p>__ вежливо обратись к продавцу с просьбой показать товар</p> <p>__ заранее подумай, что бы ты хотел купить в магазине</p> <p>__ возьми чек, проверь по нему сдачу</p> <p>__ обратись к продавцу с просьбой рассказать о качествах товара</p>
<p>21. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется почтовое отправление весом до 2 кг?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посылка</li> <li>• Письмо</li> <li>• </li> </ul>

	Бандероль
<p>22. Отметь правильные ответы.</p> <p>Что можно отправлять в бандероли?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Печенье в пачке</li> <li>• Варенье в стеклянной банке</li> <li>• Блокнот</li> <li>• Сухофрукты</li> <li>• Часы наручные в упаковке</li> <li>• Книга весом 3 кг</li> <li>• Взрывоопасные вещества</li> <li>• Семена растений</li> <li>• Фотографии</li> <li>• Часы наручные без упаковки</li> </ul>
<p>23. Отметь цифрой 1 перевязочные средства, цифрой 2 дезинфицирующие средства, цифрой 3 лекарственные средства в домашней аптечке.</p>	<p>___ йод</p> <p>___ таблетки</p> <p>___ бинт</p> <p>___ вата</p> <p>___ микстура</p> <p>___ жгут</p> <p>___ мазь</p> <p>___ зеленка</p> <p>___ перекись водорода</p> <p>___ горчичники</p>
<p>24. Укажи стрелками применение лекарственных растений:</p> <p>Подорожник</p> <p>Мать-и-мачеха</p> <p>Зверобой</p> <p>Ромашка</p>	<p>Противовоспалительное</p> <p>От болезней желудка и кишечника</p> <p>От кашля и простуды</p> <p>Останавливает кровь, от кашля</p>
<p>25. Укажи последовательность</p>	<p>___ высуши в прохладном, темном месте,</p>

<p>приготовления отвара из лекарственных трав.</p>	<p>вдали от солнечных лучей        __ положи в стакан 1 столовую ложку высушенной травы        __ собери нужную траву вдали от дорог и города, лучше всего в лесу        __ вскипяти воду        __ залей кипятком, накрой салфеткой, настаивай 15-20 минут</p>
<p>26. Отметь правильный ответ.</p> <p>При каком виде травмы нужно наложить шину (подручный материал), доставить пострадавшего в лечебное учреждение?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вывих</li> <li>• Перелом</li> <li>• Кровотечение</li> <li>• Ушиб</li> <li>• Растяжение</li> </ul>
<p>27. Укажи правильный ответ.</p> <p>Какая температура тела человека считается нормальной?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 38</li> <li>• 36,6</li> <li>• 37</li> <li>• 35</li> </ul>
<p>28. Отметь правильный ответ.</p> <p>Бюджет семьи - это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Деньги</li> <li>• Зарботная плата</li> <li>• План доходов и расходов денежных средств</li> <li>• Пенсия</li> </ul>
<p>29. Отметь правильные ответы.</p> <p>Назови источники дохода семьи.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зарботная плата</li> <li>• Купюра</li> <li>• Стипендия</li> <li>• Помощь родственникам</li> <li>• Премия</li> <li>• Валюта</li> <li>• Подсобное хозяйство</li> </ul>
<p>30. Выбери правильные ответы.</p> <p>Назови статьи расходов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Оплата коммунальных услуг</li> <li>• Стипендия</li> </ul>

	Питание
31. Укажи правильный ответ. Что такое среднедушевой доход?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Доход одного человека в семье</li> <li>• Доход работающих членов семьи</li> <li>• Весь доход семьи, разделенный на количество членов семьи</li> </ul>
32. как называется документ, по которому можно доверить получение денег?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пластиковая карта</li> <li>• Купюра</li> <li>• Доверенность</li> <li>• Сберегательная книжка</li> </ul>

**Тестпо «Основы социальной жизни» для учащихся 8 класса**

Дата \_\_\_\_\_ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: \_\_\_\_\_

Вопросы и задания	Ответы
1. Определи тип кожи Кожа чистая, гладкая, содержит достаточно влаги и жира	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сухая</li> <li>• Нормальная</li> <li>• Жирная</li> </ul>
Кожа блестит, часто бывает бледной	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сухая</li> <li>• Нормальная</li> <li>• Жирная</li> </ul>
Кожа нежная, тонкая, часто шелушится	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сухая</li> <li>• Нормальная</li> <li>• Жирная</li> </ul>
2. Отметь правильный ответ. Что нужно сделать перед стиркой?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рассортировать белье</li> <li>• Аккуратно сложить белье</li> <li>• Приготовить порошок</li> </ul>
3. Отметь правильный ответ. При какой температуре можно стирать изделия из шерстяных и синтетических тканей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 90 С</li> <li>• 40 С</li> <li>• 60 С</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

<p>4. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какое белье нужно стирать отдельно?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Белое и цветное</li> <li>• Блузки (рубашки) и носки</li> <li>• Простыню и наволочку</li> </ul>	
<p>5. Отметь правильный ответ.</p> <p>В какое тесто добавляют дрожжи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дрожжевое</li> <li>• Бездрожжевое</li> </ul>	
<p>6. Отметь правильный ответ.</p> <p>Процесс специальной заготовки продуктов впрок</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консервирование</li> <li>• Приготовление ужина</li> <li>• Составление меню</li> </ul>	
<p>7. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется список блюд, приготовленных к завтраку, обеду или ужину?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рецепт</li> <li>• Блюдо</li> <li>• Меню</li> </ul>	
<p>8. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называются рекомендации по приготовлению блюда?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кулинария</li> <li>• Меню</li> <li>• Рецепт</li> <li>• Питание</li> </ul>	
<p>9. Расставь номера.</p> <p>Подбери предметы ухода за грудным ребенком.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Для сна</li> <li>2. Для купания</li> <li>3. Для пеленания</li> <li>4. Для кормления</li> <li>5. Для прогулки</li> <li>6. Для ухода за кожей</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Посуда</li> <li>Детский крем</li> <li>Присыпка</li> <li>Стол</li> <li>Термометр</li> <li>Кувшин</li> <li>Кроватка</li> <li>Губка</li> <li>Кипяченая вода</li> <li>Стул</li> <li>Пеленка</li> <li>Игрушка</li> <li>Ванночка</li> <li>Коляска</li> </ul>
<p>10. Отметь правильные ответы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Извините, пожалуйста</li> </ul>	

<p>При знакомстве мы говорим:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Позвольте представить</li> <li>• Будьте добры</li> <li>• Как вас зовут?</li> <li>• Я рад познакомиться</li> </ul>
<p>11. Установите последовательность уборки кухни:</p>	<p>___ Вымой и расставь по местам посуду</p> <p>___ Выбрось мусор, вложи новый пакет для мусора</p> <p>___ Протри или вымой теплой водой кухонный стол</p> <p>___ Открой форточку</p> <p>___ Протри плиту, когда она остынет</p> <p>___ Почисти раковину</p>
<p>12. Отметь правильный ответ.</p> <p>Проводить уборку кухни нужно</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• До приготовления пищи</li> <li>• Во время приготовления пищи</li> <li>• После приготовления пищи</li> </ul>
<p>13. Отметь правильный ответ.</p> <p>Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• это интересно</li> <li>• чтобы правильно выбрать и использовать моющее средство</li> </ul>
<p>14. Отметь правильный ответ.</p> <p>Ванну нужно мыть</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• каждый день</li> <li>• после каждого использования</li> <li>• один раз в неделю</li> <li>• один раз в месяц</li> </ul>
<p>15. Отметь правильные ответы.</p> <p>Междугородный пассажирский автотранспорт, это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Троллейбус</li> <li>• Пассажирский поезд</li> <li>• Автобус</li> </ul>
<p>16. Отметь правильный ответ.</p> <p>К какому виду транспорта относят катер, лодку, теплоход, сухогруз?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воздушный</li> <li>• Водный</li> <li>• Автомобильный</li> </ul>

<p>17. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называют место на берегу реки, моря, оборудованное для причала судов, лодок?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Каюта</li> <li>• Мачта</li> <li>• Пристань</li> </ul>
<p>18. Установи последовательность покупки товара в магазине.</p>	<p>___ положи чек на хранение</p> <p>___ рассмотри товар на витрине, обрати внимание на стоимость товара</p> <p>___ заплати за товар в кассу</p> <p>___ вежливо обратись к продавцу с просьбой показать товар</p> <p>___ заранее подумай, что бы ты хотел купить в магазине</p> <p>___ возьми чек, проверь по нему сдачу</p> <p>___ обратись к продавцу с просьбой рассказать о качествах товара</p>
<p>19. Отметь правильные ответы.</p> <p>Что можно купить в специализированном магазине «Галантерея»?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Галстук</li> <li>• Сапоги</li> <li>• Перчатки</li> <li>• Посуду</li> <li>• Ткань</li> <li>• Сумку</li> <li>• носки</li> </ul>
<p>20. Отметь правильные ответы.</p> <p>Что можно купить в специализированном магазине «Мебель»?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• стол</li> <li>• телевизор</li> <li>• швейную машину</li> <li>• шкаф</li> <li>• стул</li> <li>• диван</li> <li>• компьютер</li> <li>• табурет</li> </ul>

<p>21. Установи порядок пользования таксофоном.</p>	<p>___ забрать карту</p> <p>___ услышать гудок</p> <p>___ снять трубку</p> <p>___ набрать номер</p> <p>___ опустить трубку</p> <p>___ кратко сказать сообщение</p> <p>___ установить карту</p>
<p>22. Отметь правильный ответ.</p> <p>По какому номеру вызывают пожарную команду?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 01</li> <li>• 02</li> <li>• 03</li> <li>• 04</li> </ul>
<p>23. Укажите цифрами последовательность междугороднего звонка, если</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• код г. Тюмень (3452)</li> <li>• номер телефона абонента (784741)</li> <li>• выход на межгород (8)</li> </ul>	<p>_____</p>
<p>24. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется повреждение тканей организма в результате действия низкой температуры?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ожог</li> <li>• Отравление</li> <li>• Обморожение</li> </ul>
<p>25. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какую первую помощь нужно оказать при ожоге?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Растереть снегом</li> <li>• Доставить пострадавшего в больницу</li> <li>• Обрезать одежду в месте раны</li> <li>• Наложить стерильную повязку</li> <li>• Согреть человека (теплое помещение, горячее питье)</li> </ul>
<p>26. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется воздействие на организм</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ожог</li> <li>• Отравление</li> </ul>

<p>прямого солнечного излучения?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Солнечный удар</li> </ul>
<p>27. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какую первую помощь нужно оказать при солнечном или тепловом ударе?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поместить пострадавшего в прохладное место, тень</li> <li>• дать горячее питье</li> <li>• снять одежду</li> <li>• уложить, приподняв голову</li> <li>• наложить стерильную повязку</li> <li>• приложить полотенце, смоченное водой</li> <li>• дать прохладное питье</li> </ul>
<p>28. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называются предупредительные мероприятия, направленные на сохранение и укрепление нормального состояния человека?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Предупреждение</li> <li>• Повреждение</li> <li>• Профилактика</li> </ul>
<p>29. Укажи последовательность оказания первой помощи, спасенному из водоема.</p>	<p>___ переверни на спину, сделай искусственное дыхание</p> <p>___ очисти рот, нос от песка, ила</p> <p>___ вызови скорую помощь</p> <p>___ положи пострадавшего лицом вниз так, чтобы голова и грудь свисали вниз</p> <p>___ согреть пострадавшего</p>
<p>30. Отметь правильные ответы.</p> <p>Назови способы заражения человека глистными заболеваниями.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Длительные прогулки на свежем воздухе</li> <li>• Грязные руки</li> <li>• Пользование чужими принадлежностями гигиены</li> <li>• Немытые продукты</li> <li>• Непроваренная пища</li> </ul>
<p>31. Отметь правильные ответы.</p> <p>Назови источники дохода семьи.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Заработная плата</li> <li>• Помощь родственникам</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Оплата жилья</li> <li>• Стипендия</li> </ul>
<p>32. Отметь правильные ответы.</p> <p>План доходов и расходов семьи, это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пенсия</li> <li>• Расход</li> <li>• Бюджет</li> <li>• Доход</li> </ul>
<p>33. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется сбор за неуплату коммунальных услуг в установленный срок?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Штраф</li> <li>• Пени</li> <li>• Страховка</li> </ul>
<p>34. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется бережливость при расходовании чего-нибудь?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бюджет</li> <li>• Экономия</li> <li>• Расход</li> <li>• Доход</li> </ul>

**Тестпо «Основы социальной жизни» для учащихся 9 класса**

Дата \_\_\_\_\_ Тема: Повторение изученного материала

Фамилия, имя ученика: \_\_\_\_\_

<b>Вопросы и задания</b>	<b>Ответы</b>
<p><i>1. Выбери правильные утверждения о здоровом образе жизни и гигиене.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закаливай организм</li> <li>• Проходи ежегодный профилактический осмотр</li> <li>• Принимай душ 1 раз в неделю</li> <li>• Менять белье каждый день не обязательно</li> <li>• Выполняй правила гигиены</li> <li>• Не проветривай комнату</li> <li>• Занимайся физкультурой и спортом</li> <li>• Постельное белье меняй 1 раз в месяц</li> <li>• Внимательно относись к своему здоровью</li> <li>• Выполняй утреннюю зарядку</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Не соблюдай режим питания</li> <li>• Соблюдай правила рационального питания</li> </ul>
<p>2. Отметь правильные ответы.</p> <p>Индивидуальность человека, которая проявляется во всех сферах его жизни: поведении, внешности, одежде, общении- это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мода</li> <li>• Стиль</li> <li>• Вкус</li> </ul>
<p>3. Определи стиль одежды:</p> <p>Эта одежда подходит тем, кто ведет активный образ жизни; она удобная и красивая; имеет отличительные черты: строчки, молнии, накладные карманы, кнопки и др.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• классический</li> <li>• спортивный</li> <li>• романтический</li> </ul>
<p>4. Отметь правильные ответы.</p> <p>При покупке одежды:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• надо знать свой размер, уметь его определять</li> <li>• необязательно знать свой размер, подскажет продавец</li> <li>• вещь должна быть удобной, практичной</li> <li>• если не хватает денег при покупке, всегда можно занять</li> <li>• покупать любую вещь, даже неподходящую, но модную</li> <li>• покупать запланированную вещь</li> <li>• чек при покупке можно не брать</li> </ul>
<p>5. Отметь правильный ответ.</p> <p>Лечебное питание по рекомендации врача называется</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Детское питание</li> <li>• Диетическое питание</li> <li>• Разнообразное питание</li> </ul>
<p>6. Выбери продукты для диетического питания</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Колбаса</li> <li>• Кефир</li> <li>• Геркулес</li> <li>• Творог</li> <li>• Сало</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Маринованные огурцы</li> </ul>
7. Список блюд, приготовленных к завтраку, обеду или ужину называется	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рецепт</li> <li>• Гарнир</li> <li>• Меню</li> </ul>
8. Отметь верные утверждения о сервировке праздничного стола.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• стол можно не накрывать скатертью, достаточно постелить клеенку</li> <li>• еду можно подавать сразу в тарелках</li> <li>• стол должен быть накрыт красивой скатертью</li> <li>• на стол ставят минеральную воду, соки</li> <li>• заранее ставят столовую посуду, столовые приборы, все в одном стиле</li> <li>• третье блюдо подают в обычной посуде</li> <li>• заранее ставят закуски, горячее блюдо подают позже и ставят в центре стола</li> <li>• стол можно украсить вазой с цветами</li> </ul>
9. Как называется свободное от работы время	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Традиция</li> <li>• Праздник</li> <li>• Досуг</li> </ul>
10. Возраст, с которого по закону Российской Федерации разрешено вступление в брак (создавать семью)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 14 лет</li> <li>• 18 лет</li> <li>• 20 лет</li> </ul>
11. Выбери правильные утверждения об условиях создания семьи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Крепкая семья основана на экономическом расчете</li> <li>• Крепкая семья основана на любви и уважении</li> <li>• Основной возраст вступления в брак наступает с 18 лет</li> <li>• Основной возраст вступления в брак наступает с 16 лет</li> </ul>

<p>12. Гости принесли торт. Обязательно ли этот торт ставит на стол, если вы тоже купили торт.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Необязательно</li> <li>• Можно его оставить для себя</li> <li>• Да, это правило вежливости</li> </ul>
<p>13. Выбери правильные утверждения. Как поступит воспитанный человек?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поможет неуверенному товарищу</li> <li>• Говорит о людях только плохое</li> <li>• Ругается без причин</li> <li>• Поддерживает слабого или старого человека</li> <li>• Уступает место в транспорте</li> <li>• Соблюдает нормы поведения в общественных местах</li> <li>• Умеет анализировать поступки людей, давать им правильную оценку</li> <li>• Переходит дорогу в установленных местах</li> </ul>
<p>14. Внутреннее пространство помещения (дома), а также его обстановка, оформление.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дизайнер</li> <li>• Интерьер</li> <li>• Благоустройство</li> </ul>
<p>15. Какую мебель можно поставить в гостиной комнате?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Кровать</li> <li>• Диван</li> <li>• Кресло</li> <li>• Прикроватную тумбочку</li> <li>• Кухонный стол</li> <li>• Шкаф для книг</li> <li>• Тумбу для теле, видео аппаратуры</li> </ul>
<p>16. Отметь правильный ответ. В квадратной комнате мебель ставится</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Вдоль стен, освобождая середину</li> <li>• Некоторые вещи можно поставить поперек комнаты</li> <li>• Мебель располагают только у одной стены</li> </ul>

<p>17. Отметь правильные ответы.</p> <p>В удлиненной комнате мебель ставится</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Комнату можно разгородить диваном или стеллажными полками</li> <li>• Мебель ставится у длинных стен, оставляя свободными короткие стены</li> <li>• Мебель ставится у коротких стен, оставляя свободными длинные стены</li> </ul>
<p>18. Отметь правильный ответ.</p> <p>Какое из этих транспортных средств относится к общественному транспорту?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Автомобиль</li> <li>• Пассажирский поезд</li> <li>• Вертолет</li> </ul>
<p>19. Отметь правильный ответ.</p> <p>Человек, купивший билет на самолет, это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пилот</li> <li>• Пассажир</li> <li>• Пациент</li> <li>• Клиент</li> </ul>
<p>20. Отметь правильный ответ.</p> <p>Междугородный и международный воздушный транспорт, это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поезд</li> <li>• Самолет</li> <li>• Парашют</li> <li>• Автобус</li> </ul>
<p>21. Кто проверяет сумки и вещи пассажиров перед отправлением их в багаж</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Пилот</li> <li>• Пассажир</li> <li>• Таможенник</li> </ul>
<p>22. Отметь правильный ответ.</p> <p>Временная торговля, это</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Магазин</li> <li>• Ярмарка</li> <li>• Рынок</li> </ul>
<p>23. выбери правильный ответ.</p> <p>Как называется магазин, который покупает вещи у населения и торгует уцененными товарами?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продуктовый</li> <li>• Промышленный</li> <li>• Комиссионный</li> <li>• Специализированный</li> </ul>
<p>24. Отметь правильный ответ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• В посылке</li> </ul>

<p>Деньги можно отправить</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Денежным переводом</li> <li>• В конверте</li> </ul>
<p>25. Отправляя денежный перевод, вы заполняете бланк.</p> <p>Сумма денежного перевода пишется:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Десять тысяч рублей 00 копеек</li> <li>• 10000 рублей</li> <li>• 10 тысяч рублей 00 копеек</li> <li>• Всё равно как</li> </ul>
<p>26. Отметь правильный ответ.</p> <p>Как называется заражение организма болезнетворными микробами?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Карантин</li> <li>• Инфекция</li> <li>• Дезинфекция</li> </ul>
<p>27. Отметь правильный ответ.</p> <p>Инфекции дыхательных путей передаются через</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продукты питания, воду</li> <li>• Грязные руки</li> <li>• Воздушно капельным путем</li> <li>• Укусы насекомых</li> <li>• Рукопожатие</li> </ul>
<p>28. Отметь правильный ответ.</p> <p>Кишечные инфекции передаются через</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Воздушно капельным путем</li> <li>• Продукты питания, воду</li> <li>• Грязные руки</li> <li>• Укусы насекомых</li> </ul>
<p>29. Отметь правильные ответы.</p> <p>Укажи условия освобождения от работы или от учебы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Без уважительной причины</li> <li>• По болезни</li> <li>• В связи с отпуском</li> <li>• По уходу за больным</li> </ul>
<p>30. Отметь правильные ответы.</p> <p>Что относят к предприятиям бытового обслуживания населения?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ателье по пошиву одежды</li> <li>• Мастерская по ремонту обуви</li> <li>• Библиотека</li> <li>• Парикмахерская</li> <li>• Фотоателье</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Почта</li> <li>• Химчистка</li> </ul>
<p>31. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какие виды услуг оказывает мастерская по ремонту обуви?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Меняет набойки</li> <li>• Красит стены</li> <li>• Делает украшения</li> <li>• Шьют одежду</li> <li>• Меняют молнию</li> <li>• Меняют каблуки</li> <li>• Ремонтируют супинаторы</li> </ul>
<p>32. Отметь правильные ответы.</p> <p>Какие расходы называют текущими?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отпуск, путешествие</li> <li>• Оплата коммунальных услуг</li> <li>• Питание</li> <li>• Оплата проезда в транспорте</li> <li>• Покупка мебели</li> </ul>
<p>33. Какие документы необходимы для поступления на работу?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Паспорт</li> <li>• Медицинский полис</li> <li>• Заявление о приеме на работу</li> <li>• Трудовая книжка</li> <li>• Справка о состоянии здоровья</li> <li>• Медицинская карта</li> <li>• Документ об образовании</li> <li>• Трудовой кодекс</li> </ul>

