

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Удмуртской Республики «Школа № 75»

Рассмотрена на заседании МО учителей
общеучебных дисциплин
ГКОУ УР «Школа № 75»
Протокол от 30.05.23 г. № 2

Принята на заседании педагогического
совета ГКОУ УР «Школа № 75»



Основы социальной жизни

8 класс

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I) с расстройствами аутистического спектра (РАС).

Главная цель изучения предмета в старших классах- подготовка учащихся к самостоятельной жизни и адаптации в современном социуме.

Задачи изучения курса:

-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.

Специальная задача: коррекция и речи и мышления школьников с ограниченными возможностями здоровья.

2. Общая характеристика учебного предмета.

Специфика обучения заключается в том, что 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. Для социализации данной категории учащихся необходим определенный уровень сформированности коммуникативной функции речи, умений и навыков. В связи с этим, программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений (в течение всего времени изучения предмета с 5 по 10 класс основные разделы («Личная гигиена», «Уход за одеждой», «Питание», «Жилище», «Медицинская помощь», «Бюджет», «Транспорт», «Торговля» и др.) повторяются из года в год, дополняясь новыми сведениями.

Для достижения поставленных задач, используются следующие **методы обучения:**

- наглядные;
- словесные;
- практические.

Формы организации учебной деятельности:

- коллективная;
- групповая;
- индивидуальная.

Используемые средства обучения:

- вербальные;
- визуальные;

- технические.

3. Описание места учебного предмета.

Программа рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю). Оценка знаний обучающихся осуществляется по результатам письменных, устных повседневных работ, практических работ, текущих и итоговых контрольных работ.

4. Личностные и предметные результаты.

Личностные результаты

<i>№</i>	<i>Критерии</i>	<i>Индикаторы</i>
1	Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	Понимание и использование в речи положительных качеств, характеризующие гражданскую направленность (патриотизм, трудолюбие, верность, справедливость, честь, смелость, и др. социальные компетенции).
		Выполнение поручений в семье, в школе.
2	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов	Умение выстраивать отношения, общение со сверстниками, несмотря на национальную принадлежность (не допускается оскорблений, высмеивания)
3	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире	Принятие и освоение своей социальной роли в школе, в семье, в коллективе сверстников.
4	Овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	Самостоятельность и независимость в быту, знакомство с ТБ (обращение с электроприборами, правила поведения на дороге, в транспорте и при общении с незнакомыми людьми)
		Способность брать на себя простые обязанности в школьной и домашней жизни
5	Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия	Способность обращаться за помощью
		Умение учитывать другое мнение в совместной работе
6	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей	Понимание отношений в семье, своей роли в семье
		Умение отстраниться от нежелательного контакта
		Умение выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и др.
7	Проявление готовности к самостоятельной жизни	Включение в общепользную социальную деятельность.
		Использование вещей в соответствии с их функциями, принятым порядком и характером ситуации
8	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Умение сотрудничать со взрослыми в разных социальных ситуациях
		Умение в ситуации конфликта найти путь ненасильственного преодоления
		Умение учитывать другое мнение в совместной работе
9	Формирование эстетических	Умение различать «красивое» и «некрасивое»

	потребностей, ценностей и чувств	Способность оценивать «красиво» (эстетично) к результатам труда
10	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей	Проявление эмоциональной отзывчивости и сопереживание к чувствам других людей

Предметные результаты.

	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Должны знать	<ul style="list-style-type: none"> - правила ухода за кожей лица; - куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи; - правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; - правила и последовательность глажения изделий; - виды теста; - способы приготовления изделий из теста; - основные автобусные маршруты. - основные маршруты водного транспорта; - правила безопасной поездки на водном транспорте; - правила ухода за грудным ребенком; Правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка; - правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома; - требования к внешнему виду молодых людей; - рынок, его виды; - правила поведения на рынке; - составные части бюджета семьи и их размер; - основные статьи расходов в семье: размер квартплаты, тарифы, порядок и периодичность оплаты электроэнергии, газа, телефона и др; - виды и цели сбережений. 	<ul style="list-style-type: none"> - приемы нанесения косметических средств на лицо, шею; - правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях: выведение из состояния теплового и солнечного удара, обработки поврежденного участка кожи при обморожении разных степеней, промывание желудка при отравлении. - правила техники безопасности пользования нагревательными приборами; - виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение; - способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени; - основные автобусные маршруты; - основные маршруты водного транспорта; - правила безопасной поездки на водном транспорте; - периодичность оплаты телефона; - виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью; - тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния; - правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания; - санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек; - правила поведения юноши и

		<p>девушки при знакомстве в общественных местах и дома;</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к внешнему виду молодых людей; - отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи. - права покупателя на рынке; - цены на основные овощи, картофель, капусту, морковь и др., а также и фрукты, ягоды и промышленные товары. - адрес местной префектуры. - правила экономии (учет реальных возможностей, контроль расходов, аккуратность в обращении с вещами, экономия электроэнергии, виды преобразования вещей (перелицовка, реставрация, покраска и др.).
<p>Должны уметь</p>	<ul style="list-style-type: none"> - правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног; - убирать кухню; - стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей. - гладить блузки, рубашки, платья - приготовить пресное тесто и изделия из него — печенье; - шинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп; - пользоваться расписанием; - выполнять правила безопасности при поездке на водном транспорте; - культурно разговаривать по телефону; - купать, одевать, пеленать куклу; - содержать в порядке детскую постель, посуду; - культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах и дом; - обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений; - подсчитать бюджет семьи; - планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки; - соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в Сбербанк. 	<ul style="list-style-type: none"> - использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; - убирать кухню; - стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; - гладить блузки, рубашки, платья. - записать рецепт соленья, варенья, консервирования; - определять стоимость проезда; - покупать билет; - культурно разговаривать по телефону; - купать, одевать, пеленать куклу; - содержать в порядке детскую постель, посуду; - выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности; - обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений; - составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др. - подсчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день.

5. Содержание учебного предмета.

№ раздела	Название раздела	Содержание раздела	Количество часов
1	Личная гигиена	Значение здоровья для жизнедеятельности человека. Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) Практическая работа: Протираание лица лосьоном, нанесение.	4
2	Охрана здоровья	Несчастные случаи: виды, причины возникновения, профилактика. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом. Оказание первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика. Оказание первой помощи при спасении утопающего. Практическая работа: Промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову.	8
3	Жилище	Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. Практическая работа: Уборка кухни.	3
4	Одежда и обувь	Особенности ухода за одеждой из шерстяных тканей. Особенности ухода за одеждой из синтетических тканей. Правила и приемы утюжки шерстяных и синтетических тканей. Химчистка. Правила пользования. Практические работы: Стирка изделий из шерстяных тканей. Стирка изделий из синтетических тканей. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	8
5	Питание	Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Экскурсия на рынок. Рынок и магазин: их отличительные особенности. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное.	14

		<p>Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.</p> <p>Варенье из фруктов и ягод. ТБ при работе.</p> <p>Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.</p> <p>Глубокая заморозка овощей и фруктов.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Приготовление блинов.</p> <p>Приготовление малосольных огурцов.</p> <p>Приготовление варенья.</p> <p>Заморозка овощей.</p>	
6	Транспорт	<p>Международный автотранспорт. Автовокзал.</p> <p>Автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.</p> <p>Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>Экскурсия на автовокзал.</p> <p>Вводный транспорт. Основные маршруты.</p> <p>Расписание.</p> <p>Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Сюжетная игра «Приобретение билета на катер».</p>	8
7	Средства связи	<p>Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением.</p> <p>Личные письма.</p> <p>Порядок отправления писем различного вида.</p> <p>Стоимость пересылки.</p> <p>Междугородняя телефонная связь. Роуминг.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Отправление заказного письма с уведомлением.</p>	6
8	Предприятия, организации, учреждения	<p>Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их назначения.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Сюжетная игра «Трудоустройство на лето».</p>	2
9	Семья	<p>Правила ухода за грудным ребенком.</p> <p>Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка.</p> <p>Культура общения юноши и девушки.</p> <p>Ролевая игра «Встреча молодых людей».</p> <p>Внешний вид молодых людей.</p> <p>Бюджет семьи. Виды источников дохода, условия и порядок их получения.</p> <p>Основные статьи расходов.</p> <p>Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды хранения сбережений. Виды вкладов в Сбербанк.</p> <p>Практические работы:</p> <p>Купание, одевание, пеленание куклы.</p> <p>Мытье детской посуды, игрушек.</p> <p>Определение суммы доходов семьи за месяц.</p> <p>Расчет коммунальных услуг.</p>	15
Итого:			68

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ раздела	Название раздела	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
1	Личная гигиена	<p>1. Вводный урок. ТБ в кабинете СБО. Значение здоровья для жизнедеятельности человека.</p> <p>2. Диагностическая контрольная работа.</p> <p>3. Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.).</p> <p>4. Практическая работа. Протирание лица лосьоном, нанесение крема.</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Рассказ учащихся о самостоятельном пользовании личными вещами. Участие в беседах по темам уроков. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическими материалами. Просмотр видеороликов, презентаций на темы урока. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнения практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
2	Охрана здоровья	<p>1. Несчастные случаи: виды, причины возникновения, профилактика.</p> <p>2. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах.</p> <p>3. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом.</p> <p>4. Оказание первой помощи при обморожениях.</p> <p>5. Оказание первой помощи при обморожении, отравлении, их профилактика.</p> <p>6. Оказание первой помощи при спасении утопающего.</p> <p>7. Практическая работа. Промывание раны, наложение повязки на руку, ногу, голову.</p> <p>8. Обобщающий урок по теме «Охрана здоровья»</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций, видеороликов. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнения практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
3	Жилище	<p>1. Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами.</p> <p>2. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p> <p>3. Практическая работа. Уборка кухни.</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Ответы на вопросы учителя. Практическая работа. Участие в беседе о ходе выполнения практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>

4	Одежда и обувь	<p>1. Особенности ухода за одеждой из шерстяных тканей.</p> <p>2. Практическая работа. Стирка изделий из шерстяных тканей.</p> <p>3. Особенности ухода за одеждой из синтетических тканей.</p> <p>4. Практическая работа. Стирка изделий из синтетических тканей.</p> <p>5. Правила и приемы утюжки шерстяных и синтетических тканей.</p> <p>6. Практическая работа. Утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.</p> <p>7. Химчистка. Правила пользования.</p> <p>8. Обобщающий урок по теме «Личная гигиена» и «Одежда и обувь».</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентации. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнения практической работы. Анализ выполнения практической работы.</p>
5	Питание	<p>1. Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные.</p> <p>2. Экскурсия на рынок.</p> <p>3. Рынок и магазин: их отличительные особенности.</p> <p>4. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное.</p> <p>5. Практическая работа. Приготовление блинов.</p> <p>6. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование.</p> <p>7. Практическая работа. Приготовление малосольных огурцов.</p> <p>8. Контрольная работа за I полугодие.</p> <p>9. Варенье из фруктов и ягод. ТБ при работе.</p> <p>10. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов.</p> <p>11. Практическая работа. Приготовление варенья.</p> <p>12. Глубокая заморозка овощей и фруктов.</p> <p>13. Практическая работа. Заморозка овощей.</p> <p>14. Обобщающий урок по теме «Питание»</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Работа с дидактическим материалом. Выполнение записей в тетради. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в рабочей тетради. Инструктаж «Соблюдение ТБ при использовании режущих предметов». Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнения практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
6	Транспорт	<p>1. Международный автотранспорт. Автовокзал.</p> <p>2. Автобусные маршруты. Расписание движения автобусов.</p> <p>3. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>4. Экскурсия на автовокзал.</p> <p>5. Водный транспорт. Основные</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций. Практические работы.</p>

		<p>маршруты. Расписание.</p> <p>6. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.</p> <p>7. Практическая работа. Сюжетная игра «Приобретение билета на катер».</p> <p>8. Обобщающий урок по теме «Транспорт».</p>	<p>Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
7	Средства связи	<p>1. Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением.</p> <p>2. Личные письма.</p> <p>3. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.</p> <p>4. Практическая работа. Отправление заказного письма с уведомлением.</p> <p>5. Междугородняя телефонная связь. Роуминг.</p> <p>6. Обобщающий урок по теме «Средства связи».</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций, видеороликов. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>
8	Предприятия, организации, учреждения	<p>1. Департамент, муниципалитет, префектура, полиция. Их назначения.</p> <p>2. Практическая работа. Сюжетная игра «Трудоустройство на лето».</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентаций.</p>
9	Семья	<p>1. Правила ухода за грудным ребенком.</p> <p>2. Практическая работа. Купание, одевание, пеленание куклы.</p> <p>3. Правила содержания в чистоте постели, игрушек, посуды ребенка.</p> <p>4. Практическая работа. Мытье детской посуды, игрушек.</p> <p>5. Культура общения юноши и девушки.</p> <p>6. Роль игры «Встреча молодых людей».</p> <p>7. Внешний вид молодых людей.</p> <p>8. Бюджет семьи. Виды источников дохода, условия и порядок их получения.</p> <p>9. Практическая работа. Определение суммы доходов семьи за месяц.</p> <p>10. Основные статьи расходов.</p> <p>11. Практическая работа. Расчет коммунальных услуг.</p> <p>12. Контрольная работа за II полугодие.</p> <p>13. Сбережение. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды хранения</p>	<p>Слушание рассказа учителя. Участие в беседах. Ответы на вопросы учителя. Выполнение записей в тетради. Работа с дидактическим материалом. Практические работы. Участие в беседе о ходе выполнении практических работ. Анализ выполнения практических работ.</p>

		сбережений. Виды вкладов в Сбербанк. 14.Обобщающий урок по теме «Семья» и «Культура поведения». 15.Инструкция на лето	
--	--	---	--

7. Описание материально-технического обеспечения

Учебники	Методические и учебные пособия	Дидактический материал	Электронные пособия	Другое
<p>Учебник: «Социально-бытовая ориентировка» В.П.Субчева, гуманитарный издательский центр ВЛАДОС</p>	<p>1.В.В. Воронкова «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида». Москва, ВЛАДО – 2000 год. 2. Девяткова Т.А. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида», М., Владос, 2005. 3. Романина В.И., Павлова Н.П. Программа специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб./ под ред. В.В. Воронковой. М.: Гуманит, изд. Центр ВЛАДОС, 2010. 4. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: Практическое пособие. Изд.3-е испр. и доп.- М.: АРКТИ, 2005. 5.Т.И. Морозова, С.А. Морозов Методические рекомендации по работе с книгой "Я и мой день" ТМ., Издательство МГОУ, 2003. 6.Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений 8 вида: Методическое пособие. -2-е изд.-М. :Изд-во НЦ ЭНАС,2006.-(Коррекционная школа).</p>	<p>1.Разрезные картинки -пазлы «Игрушки». 2.Таблица «Человек» (части тела, органы). 3.Шнуровальный планшет и ботинок. 4.Дидактический наглядный материал-серии карточек: «Одежда», «Обувь», «Посуда», «Продукты», «Мебель», «Инструменты», «Профессии», «Игрушки», «Бытовая техника и приборы». 5.Телевизор. 7.Зеркало. 8.Зубные щетки. 9.Иголки,нитки.,пуговицы,ножницы. 10. Утюг, гладильная доска. 11.Предметы бытовой химии. 12.Предметы по уходу за внешностью: расческа, щетка, заколки. 13.Салфетки, полотенца, туалетная бумага, мыло. 14.Ведро, тазик, ткань для вытирания пыли. 15.Лейка для поливки цветов. 16.Метелка,совок.</p>		

8. Контрольно – измерительные материалы

Диагностическая контрольная работа

1. Выбери правильные ответы. За кожей лица необходимо следить, чтобы она была:
 - а) красивой;
 - б) гладкой;
 - в) упругой;
 - г) морщинистой.
2. Ответь на вопрос. Что нужно учитывать при выборе шампуня?
3. Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуется на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное. О какой травме идет речь?
4. Какое действие является профилактикой солнечного удара:
 - а) прием таблеток
 - б) вакцинация
 - в) ношение головного убора
5. Что означает понятие «термический ожог»?
 - А) повреждение тканей тела, вызванное воздействием низкой температуры;
 - Б) воздействие на кожу солнечных лучей, кислот и щелочей;
 - В) повреждение тканей тела, вызванное воздействием высокой температуры
6. Какую уборку делают один раз в неделю?
 - А) еженедельную
 - Б) сезонную
 - В) ежедневную
7. Допиши предложение.
 - 1) К столовым приборам относятся _____.
 - 2) Посуда, которую накрывают на стол называется _____.
 - 3) В этой посуде готовят кушать _____.
8. Ответь на вопрос. Что подают на стол в качестве первого блюда?
9. Ответь на вопрос. Что подают на стол в качестве второго блюда?
10. Ответь на вопрос. Что входит в третьи блюда?
11. Ответь на вопрос. Если длинна маршрута поезда больше 200 км называться поезд?
12. Напиши типы вагонов поезда дальнего следования.
13. Подписывая адрес на бандероли и посылке, обычно указывают:
 - А) улицу, деревню, дом, квартиру;
 - Б) индекс, область, район, деревню, улицу, дом, ФИО;
 - В) индекс, улицу, дом, квартиру, ФИО;
 - Г) кто что захочет, то и укажет.
14. Сколько должна весить бандероль?
 - А) от 2 до 10 кг;

- Б) от 10 до 20 кг;
- В) до 2 кг.

15. Стоимость бандероли и посылки зависит от:

- А) веса и расстояния;
- Б) только веса;
- В) только от расстояния;
- Г) настроения работника почты.

16. Подчеркни правильный ответ. Как называется свободное от работы время

- а) традиция б) праздник в) досуг г) отдых

Контрольная работа за I полугодие

1. Допиши предложение. Здоровый человек- это _____.

2. Прочитай, определи по способу помощи вид несчастного случая.

Первая помощь при _____

- сесть, откинуть голову назад;
- на переносицу и лоб положить кусок льда или холодную примочку;
- ноздри заткнуть тугим ватным тампоном, смочив перекисью водорода;
- не втягивать носом воздух.

3. Допиши предложения.

1. Летом обязательно носить (.....).
2. В жаркое время суток находиться нужно в (.....).
3. В жаркую погоду нужно пить много (.....).
4. Носить в жаркую погоду нужно (.....)
5. В жаркие дни употреблять больше (.....)
6. В жаркие дни не рекомендуется есть (.....) продукты.

Слова для справок: жирные, тени, воды, лёгкую одежду, овощей и фруктов, головные уборы.

4. Какие признаки при отравлении угарным газом.

- А) Ощущение общей слабости. Б) Головокружение.
В) Замедление сердцебиения Г) Рвота.

5. Какая первая помощь при отравлении угарным газом?

- А) Вывести пострадавшего на воздух.
Б) Вызывать рвоту
В) При остановке дыхания сделать искусственное дыхание.
Г) Вызвать скорую помощь.

6. Дополните письменно информацию:

«Первая помощь при обморожении:

Необходимо согреть отмороженную часть тела, растирая ее мягкой шерстяной тканью или до _____, обретения ею чувствительности.

Напоить пострадавшего горячим чаем, укутать _____, если есть возможность, то разместить его в _____.

Не следует при растирании пользоваться _____. После отогревания необходимо наложить на пострадавший участок тела _____. При необходимости отправить пострадавшего в _____.

Слова для справок: СТЕРИЛЬНУЮ ПОВЯЗКУ, ПОТЕПЛЕНИЯ, ОДЕЯЛОМ, ЖИРАМИ И КРЕМАМИ, ЛЕЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ, ТЕПЛОМ ПОМЕЩЕНИИ

7. Из чего делают шерстяную ткань?

- А) Создают искусственно
Б) Из шерсти животных

8. Как делают синтетическую ткань?

- А) Из шерсти животных
Б) Из переработки нефти, природного газа

9. Выберите верные утверждения.

- Чтобы шерстяная вещь быстрее просохла после стирки, ее нужно тщательно отжать.

- Шерстяные вещи после стирки можно лишь слегка отжать.
- Если постирать шерстяную вещь в горячей воде, то она даст усадку.
- Сильнозагрязненные синтетические вещи нужно кипятить в течение 30 минут.
- Синтетические вещи нельзя кипятить.

10. Ответь на вопрос. Чем отличается рынок от магазина?

Контрольная работа за II полугодие

1. . Выберите продукты для приготовления пресного теста.

- а) мука, дрожжи, соль, вода.
- б) мука, яйцо, соль, вода.
- в) мука, молоко, сливочное масло.

2. Какое тесто используют для приготовления блинов?

- А) дрожжевое
- Б) заварное
- В) пресное

3. Выберите продукты для приготовления дрожжевого теста.

- а) мука, дрожжи, соль, вода.
- б) мука, яйцо, соль, вода.
- в) мука, молоко, сливочное масло.

4. Из бисквитного теста готовят _____.

5. Напишите продукты для приготовления песочного теста _____.

6. Из слоеного теста готовят _____.

7. Вам предлагается тест с правильными и неправильными утверждениями. Если все правильные утверждения отмечены, то по вертикали можно прочитать слово. Напишите какое слово у вас получилось.

- «А» - фрукты и ягоды не надо мыть перед варкой
- «С» - для варенья отбирают только целые, не перезревшие плоды
- «А» - для варенья фрукты надо нарезать на одинаковые по размеру части
- «У» - чем больше положить сахара в варенье, тем вкуснее оно будет
- «Х» - пенку надо снимать с варенья, иначе оно быстро испортится
- «Г» - пенку не надо снимать с варенья, так оно будет вкуснее
- «М»- хранить варенье надо только в холодильнике
- «А» - варенье и повидло – это разные способы заготовки фруктов и ягод
- «Р» - варенье – это не только вкусно, но и полезно.

Слово _____.

8. Напиши способы заготовки продуктов впрок (на зиму)

9. Напиши службы автовокзала.

10. Допиши предложение. К основным средствам связи относятся _____

11. Ответь на вопрос. Как называется возраст ребенка от 0 до 12 месяцев?

12. Источники дохода семьи?

- А) Зарплата
- Б) Пенсия
- В) Стипендия
- Г) Плата за проезд
- Д) Пособия

14. Основные статьи расходов в семье?

- А) Оплата коммунальных услуг
- Б) Пенсия
- В) Питание
- Г) Оплата проезда
- Д) Покупка хоз. товаров
- Е) Ремонт квартиры

15. Допиши предложение.

Сбережения-это _____.