

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»
Протокол от 31.05.2023 г. № 5

Утверждена
Приказом ГКОУ УР «Школа № 75»
от 07.06.2023 г. № 155/01 – 03

**Рабочая программа
учебного предмета
«Основы социальной жизни»**

(вариант 1)
для слабовидящих обучающихся

8 класс

Основы социальной жизни

8 класс

1. Пояснительная записка.

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

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 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 потребностей, ценностей и	Умение различать «красивое» и «некрасивое»
		Способность оценивать «красиво» (эстетично) к

	чувств	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 девушки при знакомстве в

		<p>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 соления, 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: Протирание 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. Виды домашних заготовок: варка, сушка,	14

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