

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования Оренбургской области  
Отдел образования администрации Гайского городского округа

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 4» г. Гая Оренбургской области

«Рассмотрено»  
Руководитель ШМО  
учителей классов для  
обучающихся с ОВЗ (ИН)  
Круглова М.А.

*Круглова*

Протокол № 1  
от 29.08 2024г.

«Согласовано»  
ЗД по УВР  
Бричук Н.В.

*Бричук*

\_\_\_\_\_ 2024г.

«Утверждено»  
Директор МАОУ «СОШ  
№4» Касимова О.В.

*Касимова*

Приказ № 271

от 30.08 2024г.

**Рабочая программа**  
**по учебному предмету «Основы социальной жизни»**  
**для обучающихся 5 – 9 классов с умственной отсталостью**  
**(интеллектуальной недостаточностью)**

Гайский городской округ

2024 год

## Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» относится к предметной области «Человек и общество» и является обязательной частью учебного плана. Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» В 5-9 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

ФАООП УО (вариант 1) определяет цель и задачи учебного предмета «Основы социальной жизни».

Цель обучения – практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Задачи обучения:

- овладение обучающимися некоторыми знаниями и жизненными компетенциями, необходимыми для успешной социализации в современном обществе;
- развитие и совершенствование навыков ведения домашнего хозяйства;
- воспитание положительного отношения к домашнему труду;
- развитие умений, связанных с решением бытовых экономических задач;
- формирование социально-нормативного поведения в семье и обществе;
- формирование умений, необходимых для выбора профессии и дальнейшего трудоустройства;
- коррекция недостатков познавательной и эмоционально-волевой сфер;
- развитие коммуникативной функции речи.

Рабочая программа по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе определяет следующие задачи:

- формирование знаний о представлениях о разных группах продуктов питания; отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- формирование знаний о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- формирование умений соблюдать требования техники безопасности при приготовлении пищи;
- формирование знаний отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- формирование знаний о способах хранения и переработки продуктов питания;
- формирование умения составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- формирование умений соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- формирование умений соблюдать правила поведения в доме и общественных местах.

## **Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни".**

### Минимальный уровень:

представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;

приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;

представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;

знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;

знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;

знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;

знание названий торговых организаций, их видов и назначения;

совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;

первоначальные представления о статьях семейного бюджета;

представления о различных видах средств связи;

знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

знание названий организаций социальной направленности и их назначения;

### Достаточный уровень:

знание способов хранения и переработки продуктов питания;

составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;

самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;

самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;

соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;

соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);

навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);

пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;

знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;

составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни" в 5 классе**

### Личностные:

-принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

-овладение элементарными социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

-владение начальными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

-формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

## **Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету "Основы социальной жизни" в 5 классе**

### Минимальный уровень:

- иметь представления о разных группах продуктов питания;
- знать отдельные виды продуктов питания, относящихся к различным группам; понимать их значения для здорового образа жизни человека;
- иметь представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- знать отдельные виды одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- соблюдать усвоенные правила в повседневной жизни;
- знать правила личной гигиены и выполнять их под руководством взрослого;
- знать и соблюдать правила поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- знать способы хранения и переработки продуктов питания;
- составлять ежедневное меню из предложенных продуктов питания;
- соблюдать правила личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук и т.д.;
- соблюдать правила поведения в доме и общественных местах;
- иметь представления о морально-этических нормах поведения.

### **Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету "Основы социальной жизни" в 6 классе**

#### Личностные:

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

#### Предметные:

##### Минимальный уровень:

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

##### Достаточный уровень:

- классифицировать продукты питания по содержанию в них различных веществ;
- соблюдать санитарно-гигиенические правила при приготовлении пищи;
- уметь самостоятельно приготовить несложные знакомые блюда;
- уметь самостоятельно совершать покупки товаров ежедневного назначения;
- уметь пользоваться бытовой техникой (посудомоечная машина, тостер, кухонный комбайн, электрический чайник, варочная панель);
- уметь выполнять последовательность утреннего и вечернего туалета;
- классифицировать личные и общие предметы личной гигиены;
- классифицировать виды жилых помещений в городе и селе;
- описывать способ передвижения в школу и обратно;
- знать образовательные учреждения нашего города;
- осознавать необходимость соблюдения режима дня для сохранения здоровья;

- знать место работы родителей и ближайших родственников;
- уметь оказать первую помощь при порезах.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни" в 7 классе**

#### Личностные:

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, взаимопомощи.

### **Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету "Основы социальной жизни" в 7 классе**

#### Минимальный уровень:

- представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека;
- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях);

#### Достаточный уровень:

- знание способов хранения и переработки продуктов питания;
- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого).

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни" в 8 классе**

#### Личностные:

- осознание себя как гражданина России;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение трудовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.

### **Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету "Основы социальной жизни" в 8 классе**

#### Минимальный уровень:

- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;

- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- представления о различных видах средств связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета "Основы социальной жизни" в 9 классе**

#### Личностные:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

### **Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету "Основы социальной жизни" в 9 классе**

#### Минимальный уровень:

- приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения;
- решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания;
- знание названий торговых организаций, их видов и назначения;
- совершение покупок различных товаров под руководством взрослого;
- первоначальные представления о статьях семейного бюджета;
- представления о различных видах средствах связи;
- знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях).

#### Достаточный уровень:

- составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения;
- соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;

- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды);
- навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого);
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач;
- знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета;
- составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью обращения в различные организации социального назначения.

## **Содержание учебного предмета "Основы социальной жизни"**

### Личная гигиена и здоровье.

Значение личной гигиены для здоровья и жизни человека.

Утренний и вечерний туалет: содержание, правила и приемы выполнения, значение. Личные (индивидуальные) вещи для совершения туалета (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце): правила хранения, уход. Правила содержания личных вещей.

Гигиена тела. Уход за телом. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук; приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода кожей рук. Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах.

Гигиенические требования к использованию личного белья (нижнее белье, носки, колготки).

Закаливание организма. Значение закаливания организма для поддержания здоровья человека. Способы закаливания. Воздушные и солнечные процедуры. Водные процедуры для закаливания. Способы и приемы выполнения различных видов процедур, физических упражнений. Утренняя гимнастика. Составление комплексов утренней гимнастики.

Уход за волосами. Средства для ухода за волосами: шампуни, кондиционеры, ополаскиватели. Виды шампуней в зависимости от типов волос. Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос.

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.

Правила и приемы ухода за органами зрения. Способы сохранения зрения. Гигиенические правила письма, чтения, просмотра телепередач

Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками (отдельно для девочек и мальчиков).

Негативное влияние на организм человека вредных веществ: табака, алкоголя, токсических и наркотических веществ. Вредные привычки и способы предотвращения их появления. Табакокурение и вред, наносимый здоровью человека. Наркотики и их разрушительное действие на организм человека.

### Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная.

Виды доврачебной помощи. Способы измерения температуры тела. Обработка ран, порезов и ссадин с применением специальных средств (раствора йода, бриллиантового зеленого («зеленки»). Профилактические средства для предупреждения вирусных и простудных заболеваний.

Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке. Виды, названия, способы хранения. Самолечение и его негативные последствия.

Первая помощь. Первая помощь при ушибах и травмах. Первая помощь при обморожениях, отравлениях, солнечном ударе. Меры по предупреждению несчастных случаев в быту.

Уход за больным на дому: переодевание, умывание, кормление больного.

Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием.

Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.

#### Жилище

Общее представление о доме. Типы жилых помещений в городе и сельской местности. Виды жилья: собственное и государственное. Домашний почтовый адрес. Коммунальные удобства в городе и сельской местности. Общие коммунальные удобства в многоквартирных домах (лифт, мусоропровод, домофон, почтовые ящики).

Комнатные растения. Виды комнатных растений. Особенности ухода: полив, подкормка, температурный и световой режим. Горшки и кашпо для комнатных растений.

Домашние животные. Содержание животных (собак, кошек, птиц) в городской квартире: кормление, выгул, уход за внешним видом и здоровьем домашнего питомца. Домашние животные и птицы в сельской местности: виды домашних животных, особенности содержания и уход. Наиболее распространенные болезни некоторых животных. Ветеринарная служба.

Планировка жилища. Виды жилых комнат: гостиная, спальня, детская комната. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение жилых комнат и нежилых (подсобных) помещений.

Кухня. Нагревательные приборы: виды плит в городской квартире; печь и плита в сельской местности; микроволновые печи. Правила техники безопасности пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.

Кухонная утварь. Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь. Уход за деревянными изделиями. Кухонная посуда: виды, функциональное назначение, правила ухода. Предметы для сервировки стола: назначение, уход. Посуда для сыпучих продуктов и уход за ней.

Кухонное белье: полотенца, скатерти, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажный, смесовая ткань). Правила ухода и хранения.

Кухонная мебель: названия, назначение.

Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате.

Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами; стиральные средства для машин (порошки, отбеливатели, кондиционеры), условные обозначения на упаковках. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание. Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин).

Мебель в жилых помещениях. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели. Магазины по продаже различных видов мебели.

Убранство жилых комнат: зеркала, картины, фотографии; ковры, паласы; светильники. Правила ухода за убранством жилых комнат.

Уход за жилищем. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств. Уборка санузла и ванной комнаты. Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения. Уход за различными видами напольных покрытий. Ежедневная уборка. Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и лету.

Насекомые и грызуны в доме: виды; вред, приносимый грызунами и насекомыми. Профилактика появления грызунов и насекомых в доме. Виды химических средств для борьбы с грызунами и насекомыми. Правила использования ядохимикатов и аэрозолей для

профилактики и борьбы с грызунами и насекомыми. Предупреждение отравлений ядохимикатами.

Городские службы по борьбе с грызунами и насекомыми.

### Одежда и обувь

Одежда. Виды одежды в зависимости от пола и возраста, назначения (деловая, праздничная, спортивная и т.д.), способа ношения (верхняя, нижняя), сезона (летняя, зимняя, демисезонная), вида тканей. Особенности разных видов одежды. Головные уборы: виды и назначение. Роль одежды и головных уборов для сохранения здоровья человека. Магазины по продаже различных видов одежды.

Значение опрятного вида человека.

Уход за одеждой. Хранение одежды: места для хранения разных видов одежды; правила хранения. Предупреждение появления вредителей на одежде (моли). Правила и приемы повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка. Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Глажение изделий из различных видов тканей. Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды. Правила и приемы глажения блузок и рубашек. Правила пришивания пуговиц, крючков, петель; зашивание распоровшегося шва. Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат. Выведение пятен в домашних условиях. Виды пятновыводителей. Правила выведения мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.

Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Химчистка. Услуги химчистки. Правила приема изделий и выдачи изделий. Стоимость услуг в зависимости от вида одежды.

Выбор и покупка одежды. Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями.

Магазины по продаже одежды. Специализированные магазины по продаже одежды. Правила возврата или обмена купленного товара (одежды). Хранение чека. Гарантийные средства носки.

Обувь. Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.).

Магазины по продаже различных видов обуви. Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.

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.

Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви. Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.

Обувь и здоровье человека. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.

### Питание

Организация питания семьи. Значение питания в жизни и деятельности людей. Влияние правильного питания на здоровье человека. Режим питания. Разнообразие продуктов, составляющих рацион питания.

Приготовление пищи. Место для приготовления пищи и его оборудование. Гигиена приготовления пищи.

Виды продуктов питания. Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения. Значение кипячения молока. Виды блюд, приготовляемых на основе молока (каши, молочный суп).

Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции. Правила хранения хлебобулочных изделий. Вторичное использование черствого хлеба. Приготовление простых и сложных бутербродов и канапе.

Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи.

Яйца, жиры. Виды жиров растительного и животного происхождения. Виды растительного масла (подсолнечное, оливковое, рапсовое). Правила хранения. Места для хранения жиров и яиц.

Овощи, плоды, ягоды и грибы. Правила хранения. Первичная обработка: мытье, чистка, резка. Свежие и замороженные продукты.

Мука и крупы. Виды муки (пшеничная, ржаная, гречневая и др.); сорта муки (крупчатка, высший, первый и второй сорт). Правила хранения муки и круп. Виды круп. Вредители круп и муки. Просеивание муки.

Соль, сахар, пряности и приправы. Соль и ее значение для питания. Использование соли при приготовлении блюд. Сахар: его польза и вред. Виды пряностей и приправ. Хранение приправ и пряностей.

Чай и кофе. Виды чая. Способы заварки чая. Виды кофе. Польза и негативные последствия чрезмерного употребления чая и кофе.

Магазины по продаже продуктов питания. Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Расчет стоимости товаров на вес и разлив.

Рынки. Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.

Прием пищи. Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение.

Завтрак. Блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Бутерброды. Каши. Блюда из яиц (яйца отварные; яичница-глазунья). Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Приготовление некоторых блюд для завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола.

Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Овощные салаты: виды, способы приготовления. Супы (виды, способы приготовления). Мясные блюда (виды, способы приготовления). Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда. Посуда для обедов. Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

Ужин. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Приготовление несложных салатов и холодных закусок. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.

Изделия из теста. Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. приготовление изделий из теста. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста.

Домашние заготовки. Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.

## Транспорт

Городской транспорт. Виды городского транспорта. Оплата проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.

Проезд из дома в школу. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда.

Пригородный транспорт. Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.

Междугородний железнодорожный транспорт. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда.

Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.

Средства связи

Основные средства связи: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер. Назначение, особенности использования.

Почта. Работа почтового отделения связи «Почта России». Виды почтовых отправлений: письмо, бандероль, посылка.

Письма. Деловые письма: заказное, с уведомлением. Личные письма. Порядок отправления писем различного вида. Стоимость пересылки.

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки.

Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Телефонная связь. Виды телефонной связи: проводная (фиксированная), беспроводная (сотовая). Влияние на здоровье излучений мобильного телефона. Культура разговора по телефону. Номера телефонов экстренной службы. Правила оплаты различных видов телефонной связи. Сотовые компании, тарифы.

Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

Денежные переводы. Виды денежных переводов. Стоимость отправления.

Предприятия, организации, учреждения

Образовательные учреждения. Дошкольные образовательные учреждения. Учебно-образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.

Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.

Исполнительные органы государственной власти (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.

Семья

Родственные отношения в семье. Состав семьи. Фамилии, имена, отчества ближайших родственников; возраст; дни рождения. Место работы членов семьи, должности, профессии. Взаимоотношения между родственниками. Распределение обязанностей в семье. Помощь старших младшим: домашние обязанности.

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др. правильная, рациональная организация досуга. Любимые и нелюбимые занятия в свободное время.

Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.

Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.

Досуг как развитие постоянного интереса к какому-либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.

Отдых. Отдых и его разновидности. Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность. Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование. Бюджет отдыха. Подготовка к летнему отдыху: выбор места отдыха, определение маршрута, сбор необходимых вещей.

Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок.

### **Содержание обучения 5 класс**

Обучение «Основам социальной жизни» в 5 классе носит основы теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 5 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На первом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

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

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

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

### **Содержание обучения 6 класс**

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

Программа обучения в 6 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На втором году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня культуры и отношений в семье. В ходе занятий

дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на обучение соблюдению санитарных норм в быту, формированию безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения, как в кругу семьи, так и в общественных местах.

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

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

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

### **Содержание обучения 7 класс**

Обучение «Основам социальной жизни» в 7 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 7 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На третьем году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, применения теоретических знаний на практике и формирование правильных отношений в семье. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование культуры поведения в семье, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

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

Программой предусмотрены беседы, ролевые игры, требующие знаний о поведении на улице, в транспорте и учреждениях, практические задания, которые служат для закрепления учебных навыков и знаний, а также совершенствования и формирования новых умений и навыков, используемые обучающимися в повседневной жизни. На уроках предмета «Основы социальной жизни» целесообразно организовывать работу детей в парах или малых

группах с учетом уровня подготовленности. Это позволит каждому ученику овладеть навыками сотрудничества, коллективного приготовления пищи, ухода за одеждой, обувью, научиться самостоятельно пользоваться общественным транспортом и различными учреждениями быта.

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

### **Содержание обучения 8 класс**

Обучение «Основам социальной жизни» в 8 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 8 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На четвертом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, соблюдения правил здорового образа жизни и бережного отношения к собственному здоровью, применения теоретических знаний на практике и формирование знаний об основах семейного бюджета. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли и транспорта. Особое внимание уделяется темам, направленным на формирование безопасного и здорового образа жизни, выполнение ежедневных домашних обязанностей, умение организовывать себя и помогать другим. Большое значение имеют разделы, направленные на получение практических навыков по приготовлению простых и знакомых блюд, соблюдению правил поведения в быту, распределению бюджета для покупок определённых товаров и расчет стоимости продуктов питания, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

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

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

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

### **Содержание обучения 9 класс**

Обучение «Основам социальной жизни» в 9 классе носит продолжение изучения теоретических знаний и практических умений. «Основы социальной жизни» тесно связаны с другими учебными предметами, жизнью и направлены на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности.

Программа обучения в 9 классе осуществляется по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Содержание курса обеспечивает формирование и развитие у обучающихся необходимых им навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире. На пятом году обучения программа направлена на формирование у обучающихся знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, формирования правильных жизненных установок, соблюдения правил здорового образа жизни и бережного отношения к собственному здоровью, применения теоретических знаний на практике, формирование знаний об основах семейного бюджета и рациональном распределении бюджета. В ходе занятий дети учатся самостоятельно пользоваться услугами учреждений торговли, транспорта и бытовых предприятий. Большое значение имеют разделы, направленные на получение практических навыков по приготовлению простых и знакомых блюд, соблюдению правил поведения в быту, распределению бюджета для покупок определённых товаров и расчет стоимости продуктов питания, организацию собственной деятельности и социальную адаптацию в обществе.

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

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

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

### Учебно-тематический план 5 класс (68ч)

№	Название раздела	Количество часов	В том числе контрольных работ	Электронные ресурсы
1	Вводный урок	1		<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass</a>
2	Личная гигиена и здоровье	9	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2012/09/05/prezentatsiya-k-uroku-sbo-5-klass-po-teme">https://nsportal.ru/shkola/korrektcionnaya-pedagogika/library/2012/09/05/prezentatsiya-k-uroku-sbo-5-klass-po-teme</a>
3	Охрана здоровья	4		<a href="https://shareslide.ru/pedagogika/prezentatsiya-k-uroku-po-sbo-na">https://shareslide.ru/pedagogika/prezentatsiya-k-uroku-po-sbo-na</a>

4	Жилище	12	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-povaryata-po-teme-pitanie-1747082.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-povaryata-po-teme-pitanie-1747082.html</a>
5	Одежда и обувь	8	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html">https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html</a>
6	Питание	22	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass</a>
7	Транспорт	5		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html</a>
8	Средства связи	3		<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass</a>
9	Семья	3		<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass</a>
12	Промежуточная аттестация. Контрольная работа	1	1	
	Всего	68	5	

#### 6 класс (68 ч)

№	Название раздела	Количество часов	В том числе контрольных работ	Электронные ресурсы
1	Личная гигиена и здоровье	4		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2021/04/22/lichnaya-gigiena-urok-sbo">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2021/04/22/lichnaya-gigiena-urok-sbo</a>
2	Охрана здоровья	7	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html">https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html</a>
3	Жилище	11	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya">https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya</a>
4	Одежда и обувь	10	1	1. <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html</a> 2. <a href="https://stylishbag.ru/15-foto/znachenie-opryatnogo-vidacheloveka-sbo-6-klass-prezentaciya.html">https://stylishbag.ru/15-foto/znachenie-opryatnogo-vidacheloveka-sbo-6-klass-prezentaciya.html</a>
5	Питание	21	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html</a> <a href="https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-tehnologiyam/72843-zdorovoe-pitanie.html">https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-tehnologiyam/72843-zdorovoe-pitanie.html</a>
6	Транспорт	3		<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo">https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo</a>
7	Средства связи	3		<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo">https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo</a>
8	Предприятия, организации, учреждения	3		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvenniy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvenniy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html</a>

9	Семья	5		<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksiionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo">https://nsportal.ru/shkola/korreksiionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo</a>
10	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	1	1	<a href="https://de.edu.orb.ru/#filesusers">https://de.edu.orb.ru/#filesusers</a>
	Всего	68	5	

### 7 класс (68 ч)

№	Название раздела	Количество часов	В том числе контрольных работ	Электронные ресурсы
1	Личная гигиена и здоровье	6	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-klass-lichnaya-gigiena-2446521.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-klass-lichnaya-gigiena-2446521.html</a>
2	Охрана здоровья	3	1	1. <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnositovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html">https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnositovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html</a> 2. <a href="https://yandex.ru/video/preview/8993200298515184169">https://yandex.ru/video/preview/8993200298515184169</a>
3	Жилище	12	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksiionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya">https://nsportal.ru/shkola/korreksiionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya</a>
4	Одежда и обувь	10		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html</a>
5	Питание	17	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html</a> <a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temuvidi-pitaniya-kl-970944.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temuvidi-pitaniya-kl-970944.html</a>
6	Транспорт	4	1	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html">https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html</a>
7	Средства связи	4		<a href="https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html">https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html</a>
8	Предприятия, организации, учреждения	4		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvenniy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvenniy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html</a>
9	Семья	7		<a href="https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html">https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnositovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html</a>
10	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	1	1	<a href="https://de.edu.orb.ru/#filesusers">https://de.edu.orb.ru/#filesusers</a>
	Всего	68	6	

### 8 класс (68 часов)

№	Название раздела	Количество часов	В том числе контрольных работ	Электронные ресурсы
1	Личная гигиена и здоровье	6	1	
2	Охрана здоровья	3	1	<a href="https://kopilkaurokov.ru/obzh/presentacii/8-klass-prieziantsiia-k-uroku-lichnaia-gigiena">https://kopilkaurokov.ru/obzh/presentacii/8-klass-prieziantsiia-k-uroku-lichnaia-gigiena</a>

3	Жилище	11	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html">https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html</a>
4	Одежда и обувь	12	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya">https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya</a>
5	Питание	18		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-sbo-na-temuodezhda-i-obuv-3939824.html</a>
6	Транспорт	5	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-na-temu-zhilische-3725570.html</a>
7	Средства связи	6	1	<a href="https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-sbo-klass-1929406.html">https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-sbo-klass-1929406.html</a>
8	Предприятия, организации, учреждения	3		<a href="https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-sbo-klass-1929406.html">https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-sbo-klass-1929406.html</a>
9	Семья	3		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvennyy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html">https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-sbo-prodovolstvennyy-magazin-pokupka-tovarov-2013278.html</a>
10	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	1	1	<a href="https://de.edu.orb.ru/#filesusers">https://de.edu.orb.ru/#filesusers</a>
	Всего	68	7	

### 9 класс (66 часов)

№	Название раздела	Количество часов	В том числе контрольных работ	Электронные ресурсы
1	Личная гигиена и здоровье	5	1	
2	Охрана здоровья	5	1	<a href="https://multiurok.ru/files/matierial-po-sbo-dlia-uroka-v-9-klassie-po-tiemie.html">https://multiurok.ru/files/matierial-po-sbo-dlia-uroka-v-9-klassie-po-tiemie.html</a>
3	Жилище	8	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya">https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2015/11/13/prezentatsiya-semya-rodstvennye-otnosheniya</a>
4	Одежда и обувь	11	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html">https://infourok.ru/prezentaciya-urok-socialnobitovoy-orientirovki-tema-kultura-povedeniya-klass-1673071.html</a>
5	Питание	18	1	<a href="https://theslide.ru/pedagogika/test-zhilishche-7-klass">https://theslide.ru/pedagogika/test-zhilishche-7-klass</a>
6	Транспорт	5	1	<a href="https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498">https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498</a>
7	Средства связи	6	1	<a href="https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498">https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498</a>
8	Предприятия, организации, учреждения	4	1	<a href="https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498">https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498</a>
9	Семья	3	1	<a href="https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498">https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498</a>
10	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	1	1	<a href="https://de.edu.orb.ru/#filesusers">https://de.edu.orb.ru/#filesusers</a>
	Всего	66	10	

### Система оценки планируемых результатов освоения АОО.

Разработаны нормы оценок по основным общеобразовательным предметам школы для умственно отсталых детей с легкой и умеренной тяжестью нарушения развития, которые учитывают особенности и возможности учащихся усваивать учебный материал:

- полноту и правильность полученных знаний;

- сформированность умений и навыков;
- стимулирующий характер оценок при нецензовом образовании.

Данные на каждого ребенка в течение года представляют учитель класса, психолог.

Проводится беседа с учащимся и его родителями.

На основании полученных материалов делается вывод о трудовых возможностях ребенка, его профессиональной ориентации.

По окончании обучения проводится контрольная работа учащихся по определению уровня общего развития, сформированности практических знаний, умений и навыков.

Текущий контроль успеваемости - это систематическая проверка знаний обучающихся, проводимая учителем на текущих занятиях в соответствии с учебной программой (поурочно, потемно, по разделам, по четвертям, по полугодиям).

Промежуточная аттестация обучающихся — процедура, проводимая с целью определения степени освоения обучающимися содержания учебных дисциплин за год в соответствии с программой.

Цель текущего контроля успеваемости заключается в:

- определении степени освоения обучающимися адаптированной образовательной программы в течение учебного года по учебным предметам учебного плана во всех классах/группах;
- коррекции рабочих программ учебных предметов в зависимости от анализа темпа, качества, особенностей освоения изученного материала;

Текущий контроль успеваемости обучающихся в ОУ проводится:

- поурочно, потемно;
- по учебным четвертям;
- в форме: итоговых письменных контрольных работ, тестирования, устных и письменных ответов и др.

Периодичность и формы текущего контроля успеваемости обучающихся: поурочный и потемный контроль:

- определяется педагогами ОУ самостоятельно с учетом индивидуальных особенностей обучающихся соответствующего класса/группы, содержанием образовательной программы, используемых образовательных технологий;
- указывается в рабочей программе учебных предметов.

по учебным четвертям определяется на основании результатов текущего контроля успеваемости в следующем порядке:

Текущий контроль обучающихся может проводиться в следующих формах:

- а) контрольные работы;
- б) проверочные работы;
- в) практические работы;
- г) самостоятельные работы (в том числе по вариантам или по индивидуальным заданиям);
- д) тестирование, в том числе с применением компьютера;
- е) устный опрос;

Осуществляется в виде отметок по 5-ти балльной шкале по учебным предметам;

За устный ответ отметка выставляется учителем в ходе урока и заносится в классный журнал и дневник обучающегося;

За письменный ответ отметка выставляется учителем в классный журнал;

Текущий контроль обучающихся, временно находящихся в санаторных, медицинских организациях (иных организациях, не имеющих лицензию на право осуществления образовательной деятельности) осуществляется в этих учебных заведениях в соответствии с

договором с медицинской организации и полученные результаты учитываются при выставлении четвертных отметок;

Проведение текущего контроля не допускается сразу после длительного пропуска занятий по уважительной причине с выставлением неудовлетворительной отметки;

Порядок выставления отметок по результатам текущего контроля за четверть:

- обучающимся, пропустившим по уважительной причине, подтвержденной соответствующими документами, 2/3 учебного времени, отметка за четверть не выставляется. Текущий контроль указанных обучающихся осуществляется в индивидуальном порядке администрацией ОУ в соответствии с индивидуальным графиком, согласованным с педагогическим советом ОУ и родителями (законными представителями) обучающихся;

- отметки обучающихся за четверть выставляются на основании результатов текущего контроля успеваемости, осуществляемого потемно/поурочно, за 2 дня до начала каникул или начала промежуточной/итоговой аттестации.

## **КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗУН ОБУЧАЮЩИХСЯ. ОЦЕНКА УСТНЫХ ОТВЕТОВ.**

«5» ставится, если учащийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«4» ставится, если учащийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«3» ставится, если учащийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.

«2» ставится, если учащийся полностью не усвоил учебный материал, не может изложить его своими словами, не может привести конкретные примеры и ответить на дополнительные вопросы учителя.

### **Практическая работа Организация труда.**

«5» ставится, если полностью соблюдались правила трудовой и технической дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд и соблюдался план работы, предложенный учителем, рационально организовано рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности, отношение к труду добросовестное, к инструментам – бережное, к продуктам - экономное.

«4» ставится, если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой и технической дисциплины, правила техники безопасности

«3» ставится, если самостоятельность в работе была низкой, допущены нарушения трудовой и технической дисциплины, техники безопасности, организации рабочего места.

«2» ставится, если самостоятельность в работе отсутствовала, допущены грубые нарушения правил трудовой и технической дисциплины, правил техники безопасности, которые повторялись после замечаний учителя.

### **Приёмы труда.**

«5» ставится, если все приёмы труда выполнялись правильно, не было нарушений правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

«4» ставится, если приёмы труда выполнялись в основном правильно, допущенные ошибки исправлялись самостоятельно, не было нарушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

«3» ставится, если отдельные приёмы труда выполнялись не правильно, но ошибки исправлялись после замечаний учителя, допущены незначительные нарушения правил техники безопасности, установленных для данного вида работ.

«2» ставится, если неправильно выполнялись многие виды работ, ошибки повторялись после замечания учителя, неправильные действия привели к травме учащегося или поломке инструмента (оборудования).

Промежуточная аттестация – это установление уровня достижения результатов освоения учебных предметов, предусмотренных образовательной программой реализуемой ОУ, определение степени освоения обучающимися учебного материала по пройденным учебным предметам в рамках освоения образовательных программ.

Промежуточную аттестацию в ОУ в обязательном порядке проходят обучающиеся, осваивающие адаптированную образовательную программу, в том числе обучающиеся по индивидуальному учебному плану, с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося;

Рекомендуемая форма промежуточной аттестации – письменная итоговая работа, тестирование или практическая работа.

Порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся:

- промежуточная аттестация обучающихся проводится в форме итогового контроля 1 раз в год в качестве контроля освоения учебного предмета;
- обучающиеся, имеющие неудовлетворительную отметку за год, должны пройти промежуточную аттестацию по данному предмету;
- в отношении обучающихся, осваивающих АОП индивидуально на дому, промежуточная аттестация по предметам учебного плана соответствующего уровня образования может основываться на результатах текущего контроля успеваемости, при условии, что по всем учебным предметам учебного плана они имеют положительные результаты текущего контроля;

Промежуточная аттестация обучающихся в ОУ проводится:

- в соответствии с расписанием, утвержденным руководителем ОУ, за 14 дней до ее проведения;
- по контрольно-измерительным материалам, разработанным педагогом и утвержденном на ШМО;

Обучающиеся, заболевшие в период проведения промежуточной аттестации, могут:

- быть освобождены от промежуточной аттестации по состоянию здоровья согласно заключению медицинской комиссии;
- быть переведены в следующий класс условно, с последующей сдачей академических задолженностей;
- пройти промежуточную аттестацию в дополнительные сроки, определяемые графиком образовательного процесса и предназначенные для пересдачи академических задолженностей;

Информация о проведении промежуточной аттестации (перечень учебных предметов, форма, сроки и порядок проведения) доводится до обучающихся и их родителей (законных представителей) по окончании третьей четверти посредством размещения на информационном стенде в вестибюле ОУ, на официальном сайте ОУ.

В один день проводится только одна письменная итоговая работа или одно итоговое тестирование. Интервал между письменными итоговыми работами должен быть не менее двух дней.

#### Оценка результатов

1. Аттестация учащихся производится по итогам четвертей по пятибалльной системе оценок. Промежуточная аттестация является одним из направлений внутришкольного контроля. Содержание аттестации, формы, сроки проведения и система оценок утверждены на школьном методическом совете.

2. Результат продвижения учащихся в обучении определяется на основе анализа (1 раз в четверть) их продуктивной деятельности.

Получаемая в ходе педагогического мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, имеющихся в образовании ребенка.

Предметом учета и оценки достижений школьников являются:

- результаты обученности учащихся по отдельным предметам, т.е. качество усвоения учебного материала (полнота и осознанность знаний, умение применять знания в стандартной и нестандартной ситуациях, умение выбирать наиболее целесообразные средства для выполнения учебной задачи с учетом особенностей предмета и др.);
- уровень сформированности личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных умений (метапредметные результаты);
- имеющиеся затруднения и индивидуальный прогресс учащегося (с учетом стартового уровня).

Объектами оценивания являются: устные ответы, доклады; письменные, графические, творческие работы, рабочие и контрольные тетради учащихся.

Система учета достижений и их оценивания предполагает:

1. Использование наряду с оценочными и безоценочными форм представления результатов образовательной деятельности – совокупности творческих работ, элементов работы по проектам, документов, свидетельствующих об участии;
2. Перемещение акцента в оценке с того, чего не знает и не умеет обучающийся, на то, что знает и умеет по данному вопросу;
3. Стимулирование обучающегося стремиться к объективному контролю, а не сокрытию своего незнания и неумения; формирование потребности в адекватной и конструктивной самооценке;
4. Использование оценки в виде суждений о причинах допущенных ошибок и возможных путях их исправления;

Определяющими функциями системы оценивания, обусловленными возрастными психологическими особенностями и накопленным у обучающихся социальным опытом, таким образом, являются:

1. воспитательная – формирование положительной мотивации к учению, навыков самоконтроля;
2. эмоциональная – создание соответствующего оценке эмоционального фона, стимулирующего к учению, ориентирующего на возможность успеха;
3. социальная – определение соответствия достигнутых обучающимися результатов установленных государством, обществом, семьей нормам и ожиданиям.

#### Учебно-методическое обеспечение

1. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5 - 9 кл.: В 2 сб./Под ред. В.В.Воронковой. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 232 с. [https://irinashadova.ucoz.net/programmy\\_specialnykh\\_korrekcionnykh\\_obsheobrazov.pdf](https://irinashadova.ucoz.net/programmy_specialnykh_korrekcionnykh_obsheobrazov.pdf)
2. Социально – бытовая ориентировка. Поурочные планы по программе В.В.Воронковой, С.А.Казаковой 5 класс <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2015/11/29/rabochaya-programma-po-sbo-5-klass>
3. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) образовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В.Воронкова, С. А. Казакова.- М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, 2014.- 247 с.- (Коррекционная педагогика). <https://fictionbook.ru/static/trials/00/57/45/00574525.a4.pdf>
4. В.П.Субчева Социально-бытовая ориентировка 6 класс Гуманитарный издательский центр Владос Москва 2014
5. В.П.Субчева Социально-бытовая ориентировка Методическое пособие 5-9 класс Гуманитарный издательский центр Владос Москва 2014 <http://vlados.ru/shop/specialnoe-obrazovanie/sotsialno-bytovaya-orientirovka-5-9-klass-metodicheskoe-posobie-br-avtor-subcheva-v-p-br-isbn-978-5-906992-20-8-br-2014-god/>
6. Миронюк З.Н., Ивершина Н.А. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 6 класс. 2021 год <https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2022/02/20/rabochaya-tetrad-6-klass-sbo>
7. М.В.Ковтонюк, З.А.Стульнева. . Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 5 класс. Пермь 2010 <https://multiurok.ru/files/rabochaya-tetrad-dlia-5-klassa-po-sbo.html?login=ok>
8. Н.В.Погадаева. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 7 класс. <https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-socialnobitovoy-orientirovke-v-klasse-korrekcionnoy-shkoli-viii-vida-853260.html>
9. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 7 класс. <https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-7-klassa-2496496>
10. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 8 класс. <https://infourok.ru/rabochaya-tetrad-po-sbo-klass-1929406.html>
11. Социально-бытовая ориентировка. Рабочая тетрадь. 9 класс <https://znanio.ru/media/rabochaya-tetrad-k-urokam-sbo-dlya-9-klassa-2496498>
12. Жестовская О.Б., Уроки СБО: учебное пособие для 6 класса общеобразовательных организаций, реализующих ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)- М., издательство Владос, 2018г. <https://cloud.mail.ru/public/5Ap2/42kaoQ6o1>



## Тексты контрольных работ

5 класс

### Тест №1

Уровень 1

#### 1. Соотнесите понятия с их значением.

Понятие	Значение
1. Социальная	А Различные формы и способы обследований окружающих предметов, отношений; умения ориентироваться в нормах и правилах различных сфер деятельности
2. Бытовая	Б Жизнь людей и их отношения в обществе, усвоение социальных норм и правил
3. Ориентировка	В Уклад повседневной жизни, удовлетворение материальных потребностей в пище, жилище, одежде, поддержании здоровья, освоение духовных благ, культуры общения, отдыха

#### 2. Выбери правильный ответ

Лицо, шею, уши моют с мылом

- а) 2 раза в неделю
- б) ежедневно
- в) 1 раз в месяц.

#### 3. Выбери правильный ответ.

Полностью мыться (в бане) нужно :

- а) 1 раз в неделю;
- б) 1 раз в месяц;
- в) 2 раза в месяц

#### 4. Выбери правильный ответ:

Умываться нужно водой:

- а) горячей
- б) холодной
- в) теплой

#### 5. Выбери правильный ответ:

Перед едой нужно:

- а) почистить зубы
- б) вымыть руки
- в) прополоскать рот

#### 6. Выбери правильный ответ:

После еды нужно:

- а) прополоскать рот
- б) вымыть голову
- в) почистить уши

#### 7. Выбери правильный ответ:

Расстояние от книги до глаз должно быть:

- а) 1 метр
- б) 50 см
- в) 30-40 см

#### 8. Выбери правильный ответ:

С какой стороны должен падать свет, если пишешь левой рукой?

- а) спереди
- б) слева
- в) справа

**9. Выбери правильный ответ:**

Проверять зрение у окулиста нужно:

- а) 1 раз в месяц
- б) 1 раз в год
- в) 2 раза в год

**10. Соотнеси названия предметов одежды с видом одежды:**

Название предметов одежды		Виды одежды	
1	Костюм, белая рубашка, нарядное платье	А	Спортивная одежда
2	Свитер, джинсы, брюки, юбка	Б	Праздничная одежда
3	Спортивный костюм, футболка, трико	В	Домашняя одежда
4	Халат, пижама, ночная сорочка	Г	Рабочая одежда
5	Комбинезон, халат, каска	Д	Повседневная одежда

**11. Выбери верные утверждения, обведи в кружок.**

- а) правила личной гигиены нужно соблюдать в течение дня
- б) чтобы беречь органы слуха, необходимо не подслушивать чужие разговоры
- в) не читай лежа
- г) почитать можно в транспорте
- д) если пишешь правой рукой, то свет должен падать слева
- е) если пишешь правой рукой, то свет должен падать справа
- ж) смотри телевизор сколько хочешь
- и) смотри телевизор не более 2 часов в день
- к) расчесывать волосы можно своей расческой и расческой своих одноклассников
- л) мой руки по мере загрязнения
- м) ногти стриги раз в месяц
- н) ногти стриги ежедневно

**12. Обозначь цифрой порядок этапов ухода за кожаной обувью:**

- а) отполировать бархаткой
- б) нанести крем
- в) почистить обувной щеткой
- г) очистить от пыли и грязи

**13. Головные уборы бывают:**

- А) летние, зимние, демисезонные;
- Б) старые и новые;
- В) красивые и некрасивые

**1. Выбери правильный ответ.**

Чистить уши надо

- А) ежедневно;
- Б) еженедельно;
- В) ежемесячно

**2. Если пишешь правой рукой, то свет должен падать:**

- А) справа;
- Б)слева;
- В) прямо.

**3.Смотреть телевизор можно:**

- А) сколько хочешь;
- Б) не меньше двух часов в день;
- В) не больше двух часов в день

**4. Что должно быть личным?**

- А) зубная паста и шампунь;
- Б) зубная щётка и расчёска.

В) крем и мыло.

5. Ногти стриги:

- А) ежедневно;
- Б) еженедельно
- В) ежемесячно.

**6. В какое время суток нужно вымыть лицо, шею, уши, ноги, почистить зубы?**

- А) утром;
- Б) вечером;
- В) днём.

**7. К спортивной одежде относят:**

- А)свитер, джинсы, юбку;
- Б) спортивный костюм, футболку, трико;
- В) халат, пижаму, ночную сорочку

**8. К домашней одежде относят:**

- А) костюм, белая рубашка;
- Б) комбинезон, халат;
- В) халат, пижама, ночная сорочка.

**9. . Свитер, джинсы, брюки, юбка - это:**

- А) спортивная одежда;
- Б) повседневная одежда
- В) праздничная одежда.

**10. Куртка, плащ, кепка - это:**

- А) зимняя одежда;
- Б) проутюжить
- В) демисезонная одежда.

**11. Мокрую одежду нужно:**

- А) встряхнуть и высушить;
- Б) проутюжить
- В) постирать

**12. Средства для чистки кожаной обуви:**

- А) крем для обуви
- Б) губка для посуды
- В) постирать

**13. Приспособления для чистки кожаной обуви:**

- А) обувная щётка;
- Б) массажная щётка
- В) тряпочка

**14. Головные уборы бывают:**

- А) летние, зимние, демисезонные;
- Б) старые и новые;
- В) красивые и некрасивые

Тест №2

Уровень I

1. Выбери правильный ответ.

Рациональное питание заключается:

- А) в употреблении овощей и фруктов;
- Б) в питании людей с учётом их возраста, характера труда, пола;
- В) в приёме как можно большего количества пищи.

2. Выбери правильный ответ.

Витамины нужны человеку:

- А) как источник энергии;
- Б) как строительный материал человеческого тела;
- В) для усиления сопротивляемости

организма болезням и повышения его тонуса

**3. Установи соответствие между продуктом и его значением.**

Продукт	Значение
Мясо	Богаты витаминами, улучшают пищеварение
Рыба	Является строительным материалом для организма человека
Овощи	Укрепляет кости, улучшает зрение, память

**4. Установи соответствие между общими понятиями и предметами.**

Предметы посуды и приборы	Посуда и приборы
Кастрюля, чайник, сковорода	Столовая посуда
Половник, гарнирная лопатка, шумовка	Столовые приборы
Тарелка, блюдце, чашка, салатник	Кухонная посуда
Ложка, вилка, нож	Кухонные приборы

**5. Выбери верную последовательность мытья посуды:**

- А) Кастрюли, сковородки.
- Б) Чайная посуда.
- Вилки, ножи, ложки.
- Г) Стеклянная посуда.

Д) Тарелки.

А) ДАБВГ; Б) ГБ ДАВ; В) ГБ ДВА.

**12. Выбери правильный ответ.**

Для приготовления салата используют:

- А) холодные овощи и продукты,
- Б) горячие овощи и продукты;

**6. Нарисуй сервировку стола к завтраку, если завтрак состоит из манной каши, какао, яйца, хлеба.**

**7. Выбери верную последовательность заваривания чая:**

- А) Засыпать заварку.
- Б) Залить наполовину кипятком.
- В) Ополоснуть чайник кипятком.
- Г) Долить до полного объёма чайника.
- Д) Дать настояться 3-5 минут.

**8. Выбери правильный ответ.**

Хлеб с маслом, сыром или ещё с чем-то называется:

- А) пирог;
- Б) шаньга;
- В) бутерброд

**9. Выбери правильный ответ.**

Бутерброды бывают:

- А) простые, сложные, открытые, закрытые;
- Б) свежие и старые;
- В) вкусные и невкусные.

**10. Выбери правильный ответ.**

Сервировка стола - это:

- А) правила приёма пищи;
- Б) подготовка стола к приёму пищи;
- В) правила поведения за столом.

**11. Установи соответствие**

Готовность яйца при варке

1 «В мешочек»	А	2 мин
2 «Вмятку»	Б	7-10 мин
3 «Вкрутую»	В	4-5 мин

В) тёплые овощи и продукты

**13. Выбери правильный ответ.**

Что не используют при приготовлении салатов?

- А) Майонез и перец;
- Б) мука и дрожжи;
- В) уксус и соль.

**14. Выбери правильный ответ.**

Какие продукты нужны для приготовления винегрета?

- А) Картофель, морковь, молоко, солёный огурец, лук, соль, подсолнечное масло;
- Б) картофель, морковь, свёкла, солёный огурец, лук, квашеная капуста, соль, сливочное масло;
- В) картофель, морковь, свёкла, солёный огурец, лук, квашеная капуста, соль, подсолнечное масло.

**15. Выбери верную последовательность приготовления винегрета:**

- А) Посоли, заправь маслом.
  - Б) Свари овощи.
  - В) нарежь кубиками.
  - Г) Очисти овощи.
- А) АБВГ; Б)БВАГ; В)БГВА

**16. Выбери правильный ответ.**

Для приготовления винегрета овощи нарезают:

- А) кружочками;
- Б) кубиками;
- В) брусочками

Ур  
ове  
нь  
II

**Выбери правильный ответ.**

1. Что является строительным материалом для организма человека?

- А) Рыба;
- Б) мясо;
- В) овощи.

**2. К столовой посуде относится: .**

- А) ложка, вилка, нож;
- Б) кастрюля, сковорода, чайник;
- В) салатник, блюдце, тарелка.

**3. К кухонным приборам относится:**

- А) ложка, вилка, нож;
- Б) половник, гарнирная ложка, шумовка;
- В) кастрюля, чайник, сковорода

**4. Что моют в первую очередь?**

---

**8. Хлеб с маслом, сыром называется:**

- А) пирог;
- Б) шаньга;
- В) бутерброд

**9. Бутерброды бывают:**

- А) простые, сложные, открытые, закрытые;
- Б) свежие и старые;
- В) вкусные и невкусные.

**10. Сервировка стола — это:**

- А) правила приёма пищи;
- Б) подготовка стола к приёму пищи;
- В) правила поведения за столом.

**11. Яйцо «вкрутую» варится:**

- А) Кастрюли, сковородки;
- Б) чайная посуда;
- В) вилки, ножи, ложки.

**5. Что моют в последнюю очередь?**

- А) Кастрюли, сковородки;
- Б) тарелки;
- В) вилки, ножи, ложки

**6. Перед тем, как засыпать в заварочный чайник заварку, нужно:**

- А) ополоснуть чайник холодной водой;
- Б) ополоснуть чайник тёплой водой;
- В) ополоснуть чайник горячей водой

**7. Чтобы чай заварился, нужно подождать:**

- А) 3—5 минут;
- Б) 10-15 минут;
- В) 30 минут.

А) 4—5 минут;

Б) 7-10 минут;

В) 2 минуты.

**12. Для приготовления салата используют:**

- А) холодные овощи и продукты;
- Б) горячие овощи и продукты;
- В) тёплые овощи и продукты.

**13. Что не используют при приготовлении салатов?**

- А) Майонез и перец;
- Б) мука и дрожжи;
- В) уксус и соль.

**14. Для приготовления винегрета овощи нарезают:**

- А) кружочками;
- Б) кубиками;
- В) брусочками. .

**Тест №3**  
**Уровень 1**

**1. Выбери правильный ответ.**

Овощи нужно варить:

- А) в кожуре;
- Б) без кожуры;
- В) можно и в кожуре и без неё.

**2. Напиши, какие блюда можно приготовить из овощей**

---

**3. Выбери верные утверждения.**

Полезное для хорошей осанки:

- А) сидеть сутулясь;
- Б) заниматься спортом;
- В) неправильно питаться;
- Г) носить сумку в одной руке;
- Д) спать на мягкой постели;
- Е) ежедневно ходить пешком
- Ж) носить ранец;
- И) сидеть прямо
- К) делать зарядку.

**4. Выбери правильный ответ.**

Кто должен первым здороваться, входя в помещение?

- А) Тот, кто более вежлив;
- Б) входящий;
- В) присутствующий.

**5. Прочитай и расставь стрелки**

1. Слова

приветствия

- А) Здравствуйте
- Б) Прощайте
- В) Будьте добры
- Г) Приношу свои извинения
- Д) Рад знакомству
- Е) Прошу прощения

2. Слова

просьбы

**6. Допиши предложения, используя слова для справок.**

- А) Сиди за столом \_\_\_\_\_
- Б) Локти на стол \_\_\_\_\_
- В) Не бери в рот сразу много \_\_\_\_\_
- Г) Не говори с полным \_\_\_\_\_
- Д) Не ешь слишком \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_
- Е) Пережёвывай пищу с ртом и не \_\_\_\_\_
- Ж) За угощение говори \_\_\_\_\_

Слова для справок: громко, с закрытым, еды, спасибо, чавкай, не ставь, прямо, ртом, много.

**7. Выбери правильный ответ.**

Жилые помещения в селе: ‘

- А) многоэтажные дома;
- Б) многоквартирные дома;
- В) изба, коттедж.

**8. Отметь, какие помещения относятся к жилым:**

- А) детская; Д) чулан;
- Б) кухня; Е) гостиная;
- В) спальня; Ж) веранда;
- Г) кладовая; И) кабинет.

**9. Допиши предложения, используя слова для справок:**

- А) Дневной свет падает на стол ИЛИ \_\_\_\_\_
- Б) Избыток или недостаток света для чтения.

В) При слабом естественном освещении электроосвещение. \_\_\_\_\_

Г) Настольная лампа стоит \_\_\_\_\_

Слова для справок: вреден, слева, прямо, дополнительно, включи.

**10. Напиши правильно адрес отправителя**

(адрес школы) и адресата

(свой домашний адрес)

От кого \_\_\_\_\_

Откуда \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Кому \_\_\_\_\_

Куда \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Выбери правильный ответ.**

**1. Овощи нужно варить:**

- А) в кожуре;
- Б) без кожуры;
- В) можно и в кожуре и без неё.

**2. Что полезно для хорошей осанки?**

- А) Неправильно питаться;
- Б) спать на мягкой постели;
- В) носить рюкзак с жесткой (ортопедической) спинкой и широкими лямками.

**3. Что вредно для хорошей осанки?**

- А) Делать зарядку;
- Б) носить сумку в одной руке;
- В) заниматься спортом.

**4. Кто должен первым здороваться, входя в помещение?**

- А) Тот, кто более вежлив;
- Б) входящий;
- В) присутствующий

**5. К словам приветствия относятся:**

- А) здравствуйте;
- Б) прощайте;
- В) приношу свои извинения.

**6. К словам просьбы относятся:**

- А) прощайте;
- Б) рад знакомству;
- В) будьте добры.

**7. Жилые помещения в селе:**

- А) многоэтажные дома;
- Б) многоквартирные дома;
- В) изба, коттедж.

**8. Какое помещение относится к жилому помещению?**

- А) Детская;
- Б) кладовая;
- В) чулан.

**9. Какое помещение относится к подсобному помещению?**

- А) Кладовая;
- Б) гостиная;
- В) кабинет

**10. Избыток или недостаток света для чтения:**

- А) вреден;
- Б) полезен;
- В) не знаю.

**11. Адресат — тот, кто:**

- А) отправляет письмо;
- Б) получает письмо;
- В) доставляет письмо.

**12. Напиши цифры индекса:**


1. Соотнеси вид транспорта с названием	Вид транспорта	Название
1	Водный	А Вертолет, самолет
2	Автомобильный	Б Теплоход, катер, сухогруз
3	Воздушный	В Электропоезд, пассажирский поезд, товарный поезд
4	Железнодорожный	Г Троллейбус, трамвай, велосипед. Метро
5	Прочий	Д Автобус, такси, автомобиль, мотоцикл, попед

2. Выбери правильный ответ.  
Как называется человек, идущий пешком?  
А) Попутчик;

## Тест №4

### Уровень I

7. Выбери правильный ответ.  
Как называются дорожные знаки, обозначающие место стоянки, рекомендованную скорость движения, остановку общественного транспорта?  
А) Предписывающие;  
Б) информационные;  
В) запрещающие.

8. Выбери правильный ответ.  
Как называется торговое предприятие, которое торгует продуктами питания?  
А) Промтоварный магазин;  
Б) продовольственный магазин;  
В) комиссионный магазин.

9. Выбери правильный ответ.  
Как называется торговое предприятие, которое торгует промышленными товарами?  
А) Комиссионный магазин;

Б) пешеход;  
В) луноход  
3. Выбери правильный ответ.  
Как называется человек, который едет в транспорте?

- А) Пассажир;
  - Б) кондуктор;
  - В) контролёр
4. Выбери правильный ответ.  
Транспорт нужно ждать:

- А) на остановке;
  - Б) на перекрёстке;
  - В) в любом месте
5. Выбери правильный ответ.  
Пассажиры должны:
- А) сначала войти, затем выйти;
  - Б) сначала выйти, затем войти;
  - В) не знаю.

6. Выбери правильный ответ.  
Как называются дорожные знаки, которые предупреждают водителей и пешеходов об опасности на пути?

- А) Запрещающие;
- Б) предупреждающие;
- В) информационные.

Б) промтоварный магазин; .  
В) продуктовый магазин.  
10. Выбери правильный ответ.

Как называется работник магазина, который отпускает товар покупателям?

- А) Покупатель;
- Б) продавец;
- В) кассир.

11. Соотнеси название отдела с товаром

Отдел	Товар
1 Молочный	А Батон, каравай, булочка, пирожки
2 Хлебный	Б Копченая и соленая рыба, консервы, рыбное котлеты
3 Рыбный	В Печенье, конфеты, вафли, пряники
4 Кондитерский	Г Кефир, молоко, сметана, йогурт

12. Заполни таблицу

Наименование товара	Цена
Хлеб	
Молоко	
Сахар	
Масло сливочное	
Масло растительное	

## Уровень 2

Выбери правильный ответ.  
1. К водному транспорту относится:  
|А) электропоезд, пассажирский поезд, товарный поезд;  
Б) троллейбус, трамвай, велосипел, метро;  
В) теплоход, катер, лодка, сухогруз.  
2.К автомобильному транспорту относится:  
А) вертолёт, самолёт; .  
Б) автобус, такси, автомобиль, мотоцикл, мопед,  
В) троллейбус, трамвай, велосипед, метро.

3. Как называется человек, идущий пешком?  
А) Попутчик;  
Б) пешеход;  
В) луноход.

4. Как называется человек, который едет в транспорте?

7. Как называются дорожные знаки, которые предупреждают водителей и пешеходов об опасности на пути?

- А) Запрещающие;
- Б) предупреждающие, |
- В) информационно-указательные.

8. Как называется торговое предприятие, которое торгует продуктам питания?

- А) Промтоварный магазин;
- Б) продовольственный магазин, ,
- В) комиссионный магазин.

9. Как называется торговое предприятие, которое торгует промышленными товарами?

- А) Комиссионный магазин;
- Б) промтоварный магазин,
- В) продуктовый магазин.

10. Как называется работник магазина, который отпускает товар

- А) Пассажир;
- Б) кондуктор;
- В) контролёр.

- покупателям?
- А) Покупатель;
- Б) продавец;
- В) кассир.

5. Транспорт нужно ждать:

- А) на остановке;
- Б) на перекрёстке;
- В) в любом месте

6. Пассажиры на остановке в транспорт должны:

- А) сначала войти, затем выйти;
- Б) сначала выйти, затем войти;

### **Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа за год.**

**Задание:** Выбери единственный верный ответ.

1. Перед едой нужно:
  - А) почистить зубы;
  - Б) вымыть руки;
  - В) прополоскать рот.
2. Полностью мыться (в бане) нужно:
  - А) 2 раза в месяц;
  - Б) ежедневно;
  - В) 1 раз в неделю.
3. Смотреть телевизор можно:
  - А) весь день;
  - Б) с утра до обеда;
  - В) не более 2 часов в день.
4. Хлеб с маслом, сыром или колбасой называется:
  - А) пирог;
  - Б) пицца;
  - В) бутерброд.
5. Яйцо «вкрутую» варится:
  - А) 4-5 минут;
  - Б) 10 минут;
  - В) 2 минуты.
6. К столовой посуде относятся:
  - А) ложка, вилка, нож;
  - Б) кастрюля, сковорода, чайник;
  - В) салатник, блюдо, кружка.
7. Что вредно для хорошей осанки?
  - А) делать зарядку;
  - Б) носить сумку на одном плече;
  - В) спать на твёрдой постели.
8. Что не используют для приготовления салатов?
  - А) майонез и перец;
  - Б) муку и дрожжи;
  - В) соль и масло.
9. К автомобильному транспорту относятся:
  - А) электропоезд, самолёт, троллейбус, метро;
  - Б) автобус, такси, мотоцикл, мопед;
  - В) сухогруз, теплоход, лодка, танкер.
10. К словам просьбы относятся:
  - А) прощайте;
  - Б) рад знакомству;
  - В) будьте добры.

**Задание:** Отметь, какие помещения относятся к жилым:

- А) детская;                      В) кладовая;                      Д) гостиная;  
 Б) кухня;                          Г) веранда;                        Е) спальня.

**Задание:** Соотнеси стрелкой предметы одежды с видами:

Предметы одежды	стрелка	Виды одежды
Белая рубашка, нарядное платье.		Спортивная
Свитер, юбка, джинсы.		Праздничная
Трико, футболка.		Домашняя
Халат, пижама.		Рабочая
Комбинезон, фартук.		Повседневная

**Задание:** Заполни таблицу.

№	Наименование товара	Цена
1	Хлеб	
2	Молоко	
3	Сахар	
4	Масло сливочное	
5	Масло растительное	
6	Макароны	
7	Яблоки	

**Задание:** Выбери верную последовательность мытья посуды. Пронумеруй.

- Кастрюля, сковородки  
 Чайная посуда  
 Вилки, ложки, ножи  
 Стеклянная посуда  
 Тарелки

**Задание:** Установи соответствие между продуктом и его значением:

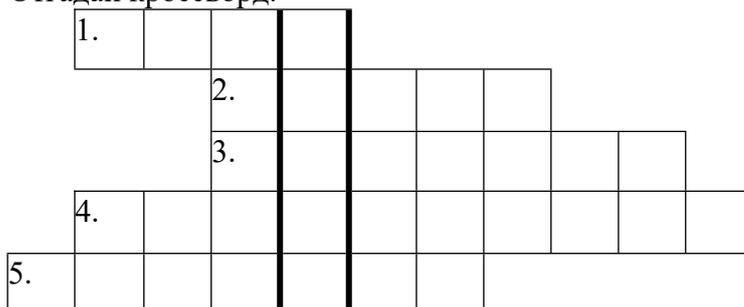
Продукты	стрелка	Значение
Мясо		Богаты витаминами, улучшают пищеварение.
Рыба		Строительный материал для организма человека.
Овощи		Укрепляет кости, улучшает зрение, память.

**Задание:** Допиши предложения, используя слова для справок:

- Прическа на голове должна быть \_\_\_\_\_.
- У мальчиков должна быть \_\_\_\_\_ стрижка.
- Мой волосы \_\_\_\_\_.
- Расческу надо мыть с \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.
- Щетку надо \_\_\_\_\_.
- Пользуйся только \_\_\_\_\_ расческой.

*Слова для справок: короткая, по мере загрязнения, чистить, своей, аккуратная, мылом, щеткой.*

**Задание:** Отгадай кроссворд.



6. 

--	--	--	--

1. Орган зрения, его необходимо беречь.
2. Лохматый защитник глаза от пота на нашем лице, его нам подарила природа.
3. Защитник глаза от пыли, также его подарила глазам природа.
4. Упражнения для снятия усталости глаз.
5. Врач, который лечит глаза.
6. Оно закрывает глаз, когда мы спим.

**Задание.** Продолжи правила гигиены зрения, используя слова для справок.

1. Свет должен падать .....
2. Расстояние от глаз до поверхности стола должно быть равно.....
3. Нужно глазам дать отдохнуть.....
4. Недопустимо чтение.....
5. Сидеть перед телевизором не ближе.....

Слова для справок: (2 м от экрана, лёжа при слабом свете, 2-3 мин, длине руки согнутой в локте, слева).

### 6 класс

### Контрольная работа №1

#### Уровень I

#### 1. Выбери правильный ответ.

К водным процедурам закаливания относят:

- А) зарядка на улице;
- Б) загорание;
- В) обливание

#### 2. Выбери правильный ответ.

К воздушным процедурам закаливания относят:

- А) купание;
- Б) зарядка на улице;
- В) обтирание.

#### 3. Выбери правильный ответ.

К солнечным процедурам относят:

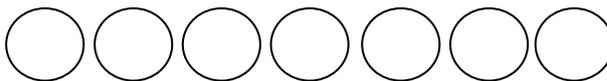
- А) загорание;
- Б) ванны для ног;
- В) контрастный душ

#### 4. Выбери правильный ответ.

Душ с резкой сменой температуры воды называется:

- А) успокаивающий;
- Б) контрастный;
- В) бодрящий.

#### 10. Нарисуй способы пришивания пуговиц:



#### 11. Обозначь цифрой порядок этапов ручной стирки:

- \_\_\_ А) Бельё отжать
- \_\_\_ Б) Налить в таз тёплой воды.
- \_\_\_ В) Замочить вещи на 15 минут.
- \_\_\_ Г) Отмерить количество порошка.
- \_\_\_ Д) Приготовить моющий раствор.
- \_\_\_ Е) Тщательно прополоскать бельё.
- \_\_\_ Ж) Постирать бельё.

#### 12. Выбери правильный ответ.

Как называется регулятор нагрева на корпусе утюга?

- А) Подошва;
- Б) терморегулятор;
- В) сигнальная лампочка.

#### 13. Выбери правильный ответ.

При включении и выключении утюга нужно брать:

- А) за шнур;
- Б) за вилку;
- В) можно за шнур, а можно за вилку

**5. Выбери правильный ответ.**

Перед работой на руки наносят крем:

- А) питательный;
- Б) защитный;
- В) детский.

**6. Выбери правильный ответ.**

Питательный или увлажняющий крем наносят:

- А) перед работой;
- Б) после работы;
- В) во время работы.

**7. Выбери верные утверждения:**

- А) Содержи ноги в чистоте.
- Б) Носи только новую обувь.
- В) Ежедневно стриги ногти.
- Г) Носи удобную обувь.
- Д) Применяй косметические средства для ног.
- Е) При плоскостопии выполняй специальные упражнения.

**8. Выбери правильный ответ.**

Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?

- А) Молоток, пилка, игла;
- Б) ножницы, игла, напёрсток, нитки;
- В) ножницы, нитки, молоток, напёрсток.

**9. Во время выполнения работ по мелкому ремонту одежды технику безопасности нужно:**

- А) знать;
- Б) соблюдать;
- В) знать и соблюдать.

**14. Выбери правильный ответ.**

При приготовлении пищи спецодежду:

- А) повесить на плечики;
- Б) надеть на себя;
- В) убрать в шкаф.

**15. Выбери правильный ответ.**

Хранить продукты в холодильнике можно:

- А) сколько угодно;
- Б) не больше суток;
- В) определённое время для каждого вида продуктов

**16. Соотнесите название продукта с местом хранения**

Название продукта	Место хранения
1 Рыба, мясо, фрукты	А Подвал, погреб
2 Крупа, сахар	Б Холодильник
3 Овощи	В Мешочки, полиэтиленовые пакеты
4 Консервы	Г Банки

**17. Выбери верную последовательность**

приготовления отварных макарон:

- А) Вари 15-20 минут
- Б) Смешай с луком, морковью и подай на стол в тарелке
- В) Опустит макароны в кипящую подсоленную воду
- Г) Обжарь лук и морковь
- Д) Откинь в дуршлаг и промой

А) АГДБВ Б) ВАДГБ В) ВДАБГ

**18. Какие продукты и блюда можно предложить для ужина?**

- А) каша манная
- Б) пирожки
- В) творог
- Г) кефир
- Д) кофе
- Е) сыр
- Ё) борщ с мясом
- Ж) чай

**Уровень 2**

Выбери правильный ответ.

1. К водным процедурам закаливания относят:
- А) зарядка на улице;
  - Б) загорание;
  - В) обливание.

2. К воздушным процедурам закаливания относят:

9. Если плохое зрение, то нужно:

- А) не читать, не писать, не смотреть телевизор;
- Б) ничего не делать — надеяться на лучшее;
- В) по рекомендации врача носить очки, контактные линзы.

10. Какие инструменты нужны для выполнения мелкого ремонта одежды?

- А) купание;
- Б) зарядка на улице;
- В) обтирание.

3. К солнечным процедурам относят:

- А) загорание;
- Б) ванны для ног;
- В) контрастный душ.

4. Душ с резкой сменой температуры воды называется:

- А) успокаивающий;
- Б) контрастный;
- В) бодрящий.

5. Перед работой на руки наносят крем:

- А) питательный;
- Б) защитный;
- В) детский.

6. Питательный или увлажняющий крем наносят:

- А) перед работой;
- Б) после работы;
- В) во время работы.

7. Волосы нужно мыть:

- А) детским мылом;
- Б) шампунем;
- В) хозяйственным мылом.

8. Наркотики и токсические вещества приносят:

- А) пользу;
- Б) вред;
- В) ничего не приносят.

А) Молоток, пила, игла;

Б) ножницы, игла, напёрсток, нитки;

В) ножницы, нитки, молоток, напёрсток.

11. Во время выполнения работ по мелкому ремонту одежды технику безопасности нужно:

- А) знать;
- Б) соблюдать;
- В) знать и соблюдать

12. Пришивать пуговицы надо нитками:

- А) самыми яркими;
- Б) в цвет ткани;
- В) в цвет пуговицы.

13. При включении и выключении утюга нужно брать за:

- А) за шнур;
- Б) за вилку;
- В) можно за шнур, а можно за вилку

14. При приготовлении пищи необходимо спецодежду:

- А) повесить на плечики;
- Б) надеть на себя; .
- В) убрать в шкаф.

15. Хранить продукты в холодильнике можно:

- А) сколько угодно;
- Б) не больше суток;
- В) определённое время для каждого вида продуктов.

**Тест №2**  
**I уровень**

**1. Выбери правильный ответ.**

Каши можно сварить:

- А) на воде, молоке, компоте;
- Б) на воде, молоке, бульоне;
- В) на воде, молоке, киселе.

**2. Выбери правильный ответ.**

По консистенции каши бывают:

- А) рассыпчатые, вязкие, сладкие;
- Б) рассыпчатые, вязкие, горячие;
- В) рассыпчатые, вязкие, жидкие.

**3. Выбери правильный ответ.**

Какие продукты нужны для приготовления манной каши?

- А) Молоко, манная крупа, масло сливочное;
- Б) молоко, соль, сахар, масло сливочное;
- В) молоко, крупа манная, соль, сахар, масло сливочное

**4. Выбери верную последовательность приготовления манной каши на молоке:**

- А) Положи соль и сахар в молоко.
  - Б) Постепенно всыпь манную крупу в кипящее молоко, непрерывно помешивая молоко.
  - В) Положи масло и подай на стол.
  - Г) Вари кашу 5-7 минут, всё время помешивая.
- А) ВГАБ; Б) ГБАВ; В) АБГВ.

**8. Выбери верную**

**последовательность** приготовления картофельного пюре:

- А) Отварить картофель.
  - Б) Размешать и подать к столу.
  - В) Очистить и промыть картофель.
  - Г) Слить воду.
  - Д) Размять картофель.
  - Е) Посолить, добавить горячее молоко и сливочное масло.
- А) ДАВБГЕ; Б) АБВЕГД; В) ВАГДЕБ.

**9. Выбери правильный ответ.**

Мать отца или матери:

- А) сестра;
- Б) тётя;
- В) бабушка.

**5. Выбери правильный ответ.**

Творог полезен:

- А) содержанием аскорбиновой кислоты;
- Б) содержанием кальция;
- В) содержанием жира.

**6. Выбери правильный ответ.**

**Сырники** готовят:

- А) из сыра;
- Б) из творога;
- В) из смеси сыра и творога.

**7. Выбери правильный ответ.**

Какие продукты нужны для приготовления пюре?

- А) Картофель, сметана, соль, масло сливочное,
- Б) картофель, молоко, соль, сахар, масло сливочное,
- В) картофель, молоко, соль, масло сливочное.

**10. Выбери правильный ответ.**

Сестра отца или матери:

- А) бабушка;
- Б) сестра;
- В) тётя.

**11. Выбери правильный ответ.**

Отец отца или матери:

- А) брат;
- Б) дедушка;
- В) дядя

**12. Выбери правильный ответ.**

Брат отца или матери:

- А) дядя,
- Б) брат;
- В) сват.

**13. Выбери правильный ответ.**

Сыновья одних родителей:

- А) дяди,
- Б) братья;
- В) не знаю.

**14. Выбери правильный ответ.**

Дочери одних родителей: "

- А) сёстры;
- Б) тётя;
- В) не знаю.

### 15. Заполни таблицу

Родственник	Фамилия	Полное имя	Отчество
-------------	---------	------------	----------

Мама

Папа

Сестра

Брат

### 16. Выбери верные утверждения:

- А) Свою комнату нужно убирать по просьбе взрослых.
- Б) Помогай в уборке всей квартиры. °
- В) Играй с младшими братьями и сёстрами.
- Г) Младшие братья и сёстры должны находиться с родителями.
- Д) Выноси мусор, когда попросят.
- Е) Выноси мусор ежедневно.
- Ж) За домашними животными нужно убирать тому, кто их завёл.

### 17. Выбери правильный ответ.

Какие слова нужно говорить при встрече? |

- А) Здравствуйте, всего доброго, рад познакомиться;
- Б) добрый день, до встречи, прощайте;
- В) здравствуйте, добрый день, рад познакомиться.

### 18. Выбери правильный ответ.

Сколько раз в день надо здороваться с одним и тем же человеком?

- А) Только 1 раз - при встрече;
- Б) каждый раз при встрече;
- В) не знаю.

### 19. Выбери правильный ответ.

Какая громкость нужна при разговоре?

- А) Чем громче, тем лучше;
- Б) негромко, спокойно говорить;
- В) чем тише, тем лучше.

### 20. Выбери правильный ответ.

Можно ли во время разговора хлопать собеседника по плечу, размахивать руками перед лицом?

- А) Это неприлично;
- Б) можно с товарищем;
- В) можно, если собеседник делает так же.

Уровень II

Выбери правильный ответ.

10. Мать отца или матери:

**1. Каши можно сварить:**

- А) на воде, молоке, компоте;
- Б) на воде, молоке, бульоне;
- В) на воде, молоке, киселе.

**2. По консистенции каши бывают:**

- А) рассыпчатые, вязкие, сладкие,
- Б) рассыпчатые, вязкие, горячие;
- В) рассыпчатые, вязкие, жидкие.

**3. Какие продукты нужны для приготовления манной каши?**

- А) Молоко, манная крупа, масло сливочное,
- Б) молоко, соль, сахар, масло сливочное,
- В) молоко, крупа манная, соль, сахар, масло сливочное.

**4. При приготовлении манной каши надо:**

- А) крупу засыпать в кипящее молоко, помешивая,
- Б) вливать молоко в кастрюлю с крупой;
- В) не знаю.

**5. Творог полезен:**

- А) содержанием аскорбиновой кислоты;
- Б) содержанием кальция;
- В) содержанием жира.

**6. Сырники готовят:**

- В А) из сыра;
- Б) из творога;
- В) из смеси сыра и творога

**7. Какие продукты нужны для приготовления пюре?**

- А) Картофель, сметана, соль, масло сливочное,
- Б) картофель, молоко, соль, сахар, масло сливочное,
- В) картофель, молоко, соль, масло сливочное.

**8. В пюре надо добавлять молоко: |**

- А) горячее; |
- Б) холодное;
- В) можно горячее и холодное.

**9. В пюре добавляют:**

- А) подсолнечное масло;
- Б) маргарин;
- В) сливочное масло. .

- А) сестра;
- Б) тётя;
- В) бабушка.

**11. Сестра отца или матери:**

- А) бабушка;
- Б) сестра;
- В) тётя.

**12. Отец отца или матери:**

- А) брат;
- Б) дедушка;
- В) дядя.

**13. Брат отца или матери:**

- А) дядя;
- Б) брат;
- В) сват.

**14. Сыновья одних родителей:**

- А) дяди;
- Б) братья;
- В) не знаю.

**15. Дочери одних родителей:**

- А) сёстры;
- Б) тётя;
- В) не знаю.

**16. Сколько раз в день надо здороваться с одним и тем же человеком?**

- А) Только 1 раз - при встрече;
- Б) каждый раз при встрече;
- В) не знаю.

**17. Какая громкость нужна при разговоре?**

- А) Чем громче, тем лучше;
- Б) негромко, спокойно говорить;
- В) чем тише, тем лучше.

**Тест №3**

**Уровень I**

**1. Соотнеси название уборки с её содержанием**

- |                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| Названия уборки | Содержание уборки   |
| 1 Ежедневная    | А Мытье полов, уход |

**7. Соотнеси вид пола с уходом за ним**

- |                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| Половое покрытие | Уход за полом                |
| 1 Линолеум       | А Моют теплой водой с моющим |

- |   |                               |                                                       |                                                                                                |
|---|-------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | за цветами,<br>обтирание пыли |                                                       | средством, можно с<br>мылом                                                                    |
| 2 | Еженедельная                  | Б Мытье окон, люстр,<br>дверей, полов,<br>стирка штор | 2 Керамическая<br>плитка                                                                       |
| 3 | Сезонная                      | В Вытирание пыли,<br>подметание полов                 | Б Протирают<br>влажной тряпкой,<br>натирают мастикой                                           |
|   |                               |                                                       | 3 Паркетный пол                                                                                |
|   |                               |                                                       | В Моют теплой водой<br>с моющим<br>средством, можно<br>добавлять 1-2<br>чайные ложки<br>уксуса |

## 2. Выбери верные утверждения:

- А) Не следует комнату загромождать мебелью.  
 Б) Ежедневно надо протирать пыль.  
 В) 1 раз в неделю следует мыть пол.  
 Г) 1 раз в месяц следует мыть пол.  
 Д) 1 раз в неделю следует чистить ковры пылесосом.  
 Е) Комнату следует проветривать.  
 Ж) Полы лучше часто подметать, чем мыть.  
 И) Полы лучше часто мыть, чем подметать.

## 3. Соотнеси вид уборки с ее периодичностью

- |                |                      |
|----------------|----------------------|
| Вид уборки     | Периодичность уборки |
| 1 Ежедневная   | А 1 раз в 3 месяца   |
| 2 Еженедельная | Б 1 раз в день       |
| 3 Сезонная     | В 1 раз в неделю     |

## 4. Выбери правильный ответ.

Как часто следует встряхивать и расправлять постельное бельё?

- А) Ежедневно;  
 Б) 1 раз в неделю;  
 В) 3 раза в день.

## 5. Выбери правильный ответ.

Как часто нужно производить смену постельного белья?

- А) Ежедневно;  
 Б) еженедельно;  
 В) раз в месяц.

## 6. Выбери правильный ответ.

После стирки и сушки постельное бельё нужно:

- А) положить в шкаф;  
 Б) проутюжить  
 В) повесить на плечики.

- 4 Окрашенный  
дощатый пол

- Г Чистят средством  
для металлической  
посуды, но не  
кислой

## 8. Выбери верные способы ухода за коврами:

- А) чистить влажным веником;  
 Б) стирать в стиральной машине;  
 В) чистить на снегу;  
 Г) пылесосить.

## 9. Выбери правильный ответ.

Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством засасывания её струей воздуха?

- А) Пылесборник;  
 Б) веник;  
 В) пылесос.

## 10. Дополни предложения, используя слова

для справок.

А) Пылесосы бывают для \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ уборки.

Б) Прежде чем включать пылесос, проверь исправность \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Г) После работы пылесос \_\_\_\_\_.

Слова для справок: почисти, розетка, шнур, вилка, сухая, мокрая, осколки, острые предметы.

## 11. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:

- А) автобус; Д) троллейбус; К) поезд;  
 Б) велосипед; Е) самолёт; Л) такси;  
 В) трамвай; Ж) трактор; М) маршрутное такси.  
 Г) самосвал; И) аэросани;

## 12. Соотнеси названия магазинов и продаваемый товар

- |                    |                               |
|--------------------|-------------------------------|
| Названия магазинов | Товар                         |
| 1 «Обувь»          | А Журналы,<br>открытки, книги |
| 2 «Книги»          | Б Пуговицы, ткани,<br>нитки   |
| 3 «Одежда»         | В Сапоги, туфли,              |

**II уровень****Выбери правильный ответ.**

1. Как называется уборка, когда выполняют мытьё полов, уход за цветами, обтирание пыли?

- А) Ежедневная;
- Б) еженедельная;
- В) сезонная.

**2. В детской комнате необходимо:**

- А) полы лучше часто подметать, чем мыть;
- Б) полы лучше часто мыть, чем подметать;
- В) раз в год чистить ковры пылесосом.

3. Сезонная уборка проводится:

- А) раз в три месяца;
- Б) 1 раз в день;
- В) 1 раз в неделю.

**4. Как часто следует встряхивать и расправлять постельное бельё?**

- А) Ежедневно;
- Б) 1 раз в неделю;
- В) 3 раза в день.

**5. Как часто нужно производить смену постельного белья?**

- А) Ежедневно;
- Б) еженедельно;
- В) раз в месяц.

**6. После стирки и сушки постельное бельё нужно:**

- А) положить в шкаф;
- Б) проутюжить;
- В) повесить на плечики.

**7. Это половое покрытие можно протереть влажной тряпкой, натереть мастикой:**

- А) линолеум;
- Б) керамическая плитка;
- В) паркет.

**8. Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством засасывания её струей воздуха?**

- А) Пылесборник;
- Б) веник;
- В) пылесос.

**9. Пассажиры в городе перевозят:**

- А) автобус, велосипед, трамвай;
- Б) трамвай, самосвал, троллейбус;
- В) автобус, трамвай, троллейбус

**10. В магазине «Ткани» продают:**

- А) журналы, открытки, книги; .
- Б) платья, рубашки, брюки; "
- В) пуговицы, ткани, нитки.

**Тест №4****Уровень 1**

1. Соотнеси средства связи с видами почтовых отправлений.

Средства связи	Виды почтовых отправлений
Почта	Телеграмма
Телеграф	Телефонный аппарат
Телефон	Письмо

6. Выбери правильный ответ. " Стоимость телеграммы зависит:

- А) от количества слов;
- Б) расстояния;
- В) дня недели.

7. К медицинским учреждениям относятся:

- А) поликлиника;

2. Соотнеси виды писем и их отличия
- |   |                       |                                                            |                                                                                                                                                                                   |
|---|-----------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Открытое              | Отправление в конверте                                     | Б) диспансер;<br>В) магазин;<br>Г) столовая;                                                                                                                                      |
| 2 | Закрытое              | В почтовый ящик доставляют                                 | Д) больница;<br>Е) зоопарк;<br>Ж) аптека.                                                                                                                                         |
| 3 | Простое               | Б содержит ценные бумаги. После получения письма           | 8. Выбери верную последовательность вызова врача на дом:<br>А) Назови Ф. И. О. пациента.<br>Б) Назови адрес пациента.<br>В) Назови возраст пациента.<br>Г) Назови причину вызова. |
| 4 | Заказное              | Г содержит ценные бумаги. После получения письма адресатом | А) ВАБТГ; Б) ГАВБ; В) ГВБА.                                                                                                                                                       |
|   | Ценное с уведомлением | Д Доставка в почтовый ящик                                 | 9. Соотнеси специальность врача с тем, что он делает                                                                                                                              |
3. Выбери правильный ответ.  
Как называется знак почтовой оплаты?  
А) Уведомление; Б) марка; В) открытка.
4. Расставь цифровую последовательность подписания конверта:  
А, Куда (напиши название улицы, номер дома и квартиры).  
Б. Напиши название района.  
В. Напиши название области, края.  
Г. Кому (напиши фамилию, имя адресата).  
Д. Напиши название города
5. Выбери правильный ответ.  
Краткое письмо-сообщение, которое передаётся телеграфными аппаратами, называется:  
А) письмо;  
Б) посылка;  
В) телеграмма.
- |   |                       |                           |
|---|-----------------------|---------------------------|
| 1 | Педиатр               | А Ухо, горло, нос         |
| 2 | Окулист (офтальмолог) | Б Зубы                    |
| 3 | Отоларинголог (лор)   | В Детей до 18 лет         |
| 4 | Хирург                | Г Травмы, ушибы, переломы |
| 5 | Стоматолог            | Д Глаза                   |
10. Соотнеси названия детских учреждений с возрастом детей
- |                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| Название детского учреждения | Возраст детей    |
| 1 Ясли                       | А С 7 лет        |
| 2 Детский сад                | Б 1.5-3 года     |
| 3 Школа                      | В 3 года – 7 лет |

## Уровень 2

- Выбери правильный ответ.
1. Какое письмо получают по извещению?  
А) Открытое;  
Б) закрытое;  
В) заказное.
2. Какой вид письма доставляют в почтовый ящик?  
А) Заказное;  
Б) простое;
6. К медицинским учреждениям относятся:  
А) поликлиника, диспансер, магазин;  
Б) больница, зоопарк, аптека;  
В) поликлиника, больница, диспансер.
7. Педиатр лечит:  
А) глаза;  
Б) зубы;  
В) детей до 18 лет.

В) ценное

3. Как называется знак почтовой оплаты?

А) Уведомление:

Б) марка;

В) открытка.

4. Краткое письмо-сообщение, которое передаётся телеграфными аппаратами, называется: |

А) письмо;

Б) посылка;

В) телеграмма.

5. Стоимость телеграммы зависит:

А) от количества слов;

Б) от расстояния;

В) от дня недели.

8. Окулист (офтальмолог) лечит:

А) глаза; Б

) ухо, горло, нос:

В) зубы.

9. С какого возраста дети посещают ясли?

А) С 7 лет:

Б) с 1,5 до 3 лет:

В) с 3 до 7 лет.

10. С какого возраста дети идут в школу?

А) С 10 лет;

Б) с 9 лет;

В) с 7 лет.

## Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа за год

### 1. Выбери правильный ответ.

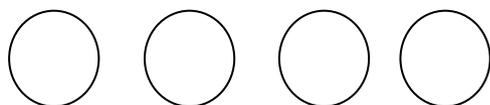
К водным процедурам закаливания относятся

а) зарядка на улице,

б) загорание,

в) обливание

### 2. Нарисуй способы пришивания пуговиц



### 3. Обозначь цифрой порядок этапов стирки

\_\_\_\_\_ а) белье отжать

\_\_\_\_\_ б) налить в таз теплой воды

\_\_\_\_\_ в) замочить вещи на 15 минут

\_\_\_\_\_ г) отмерить количество порошка

\_\_\_\_\_ д) тщательно прополоскать белье

\_\_\_\_\_ е) постирать белье

### 4. Выбери правильный ответ

Хранить продукты в холодильнике можно

а) сколько угодно

б) не больше суток

в) определенное время для каждого вида продуктов

### 5. Выбери правильный ответ

Какие продукты нужны для приготовления картофельного пюре

а) картофель, сметана, соль, масло сливочное

б) картофель, молоко, соль, масло сливочное, сахар

в) картофель, молоко, соль, масло сливочное,

### 6. Соотнеси цифры с буквами.

Название				Обозначение
Почта	1		а	работник почты, разносящий почтовыеотправления по

				адресам.
Письмо	2		б	надпись на конверте
Конверт	3		в	человек, посылающий письмо
Адрес	4		г	предприятие связи, обслуживающее население,
Адресат	5		д	цифровой код населённого пункта, указатель
Отправитель	6		е	пакет из бумаги для письма
Почтальон	7		ж	лист бумаги с написанным на нём текстом, вложенный в конверт
Индекс	8		и	человек, получающий письмо или посылку.

**7.Соотнеси виды писем с их отличиями.**

Виды писем		Отличия писем	
1	Открытое	А	Отправление в конверте
2	Закрытое	Б	В почтовый ящик доставляют извещение, по нему письмо получают на почте
3	Простое	В	Почтовая карточка, открытка с маркой
4	Заказное	Г	Содержит ценные бумаги. После получения письма адресатом отправитель получает уведомление
5	Ценное с уведомлением	Д	Доставка в почтовый ящик

**8. Выбери правильный ответ.**

Стоимость телеграммы зависит:

- а) от количества слов
- б) расстояние
- в) дня недели

**9.Выбери верную последовательность вызова врача на дом:**

- а) Назови Ф. И. О. пациента.
- б) Назови адрес пациента.
- в) Назови возраст пациента.
- г) Назови причину вызова.

**10.Соотнеси название детских учреждений с возрастом детей**

Название детского учреждения		Возраст детей	
1	Ясли	А	С 7 лет
2	Детский сад	Б	1,5-3 года
3	Школа	В	3 года - 7 лет

**11.Соотнеси специальность врача с тем, что он лечит.**

Специальность врача		Кого и что лечит	
1	Педиатр	А	Ухо, горло, нос
2	Окулист (офтальмолог)	Б	Зубы
3	Отоларинголог(лор)	В	Детей до 18 лет
4	Хирург	Г	Травмы, ушибы, переломы
5	Стоматолог	д	Глаза

**12. Как называется уборка, когда выполняют мытье полов, уход за цветами, вытирание пыли?**

- а) ежедневная
- б) еженедельная
- в) сезонная

**13. Выбери нужную последовательность**

- А) Вымыть пол.    Б) Протереть пыль    В) Подмести пол
- а) АБВ
  - б) БАВ
  - в) ВБА

**14. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:**

- а) автобус
- б) велосипед
- в) самосвал
- г) самолет
- д) поезд
- е) такси
- ж) трактор
- з) трамвай
- и) троллейбус

**7 класс  
Тест №1  
Уровень 1**

1. Если у вас появились угри - результат закупорки пор кожи отмершими роговыми клетками, бактериями, то нужно:

- А) бросить курить;
- Б) больше спать;
- В) держать лицо в чистоте.

2. Выбери правильный ответ.

К ремонту одежды относится:

- А) пришивание пуговиц и штопка одежды;
- Б) зашивание разорванного места по шву и глажение одежды;
- В) пришивание кнопок и стирка одежды

3. Выбери правильный ответ.

Заплата должна быть:

- А) из той же ткани, что и изделие
- Б) из любой красивой ткани;
- В) из той же ткани или из подходящей ткани.

4. Выбери правильный ответ.

Надо ли проверять карманы перед стиркой?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) да, если считаешь, что там могут быть деньги.

5. Выбери правильный ответ.

Для замачивания белья наливают:

- А) горячую воду;
- Б) тёплую воду;
- В) холодную воду.

6. Выбери правильный ответ.

Для чего расправляют вещи перед сушкой?

- А) Чтоб потом не гладить;
- Б) от нечего делать;
- В) чтобы потом было легче гладить.

7. Установи соответствие режима нагрева с названием ткани.

Режим нагрева утюга	Название ткани
1 *	А Шерсть
2 **	Б Хлопок, лен
3 ***	В Шелк

8. Выбери правильный ответ.

Какие вещи не надо сдавать в химчистку?

- А) Варезки и носки;
- Б) шуба и подушки;
- В) плед и дублёнка.

9. Выбери правильный ответ.

Символ химчистки:

- А) ©; Б) O; В) O.

10. Обозначь цифрой порядок глажения спортивной одежды:

- \_\_\_ А) Начни с мелких деталей.
- \_\_\_ Б) Правильно сложи. "
- \_\_\_ В) Проверь чистоту подошвы утюга.
- \_\_\_ Г) Прогладь всю вещь.

11. Допиши предложения, используя слова для справок:

- А) Стиральная машина должна стоять на \_\_\_\_\_ поверхности.
- Б) У стиральной машины должен лежать \_\_\_\_\_
- В) Включать и выключать машину руками \_\_\_\_\_.
- Г) Нельзя перегружать машину \_\_\_\_\_
- Д) Перед загрузкой белья. Нужно \_\_\_\_\_ карманы одежды
- Е) При технических неисправностях необходимо вызвать \_\_\_\_\_

Слова для справок: резиновый коврик, мастера, ровной, бельём, сухими, проверить.

12. Выбери правильный ответ.

При приготовлении пищи нужно:

- А) надеть старый халат;
- Б) надеть чистый фартук и косынку;
- В) надеть повседневную одежду.

13. Выбери правильный ответ.

При неправильном использовании инструментов можно:

- А) испортить вкус еды; |
- Б) получить порезы и травмы; |
- В) испортить внешний вид блюда

14. Выбери правильный ответ.

Нож и вилку нужно:

- А) подавать ручкой вперёд;
- Б) подавать ручкой к себе;
- В) подавать на блюдце.

15. Выбери правильный ответ.

Как называется отвар мяса, рыбы, грибов?

- А) Компот; Б) бульон; В) суп.

16. Подчеркни названия продуктов, которые нужны для приготовления щей из кислой капусты.

Продукты: картофель, морковь, свёкла, капуста квашеная, капуста свежая, лук, соль,

жир, лавровый лист, мясной бульон,  
вермишель.

## Уровень 2

1. Если у вас появились угри - результат закупорки пор кожи отмершими роговыми клетками, бактериями, то нужно:  
А) бросить курить;  
Б) больше спать;  
В) держать лицо в чистоте.
2. К ремонту одежды относятся:  
А) пришивание пуговиц и штопка одежды;  
Б) зашивание разорванного места по шву и глажение одежды;  
В) пришивание кнопок и стирка одежды
3. Заплата должна быть:  
А) из той же ткани, что и изделие;  
Б) из любой красивой ткани;  
В) из той же ткани или из подходящей ткани.
4. Надо ли проверять карманы перед стиркой?  
А) Нет;  
Б) да;  
В) да, если считаешь, что там могут быть деньги
5. Для замачивания белья наливают:  
А) горячую воду;  
Б) тёплую воду;  
В) холодную воду.
6. Для чего расправляют вещи перед сушкой?  
А) Чтоб потом не гладить;  
Б) от нечего делать;  
В) чтобы потом было легче гладить.
7. Какой режим нужно установить терморегулятором, если вы гладите изделия из хлопка, льна?  
А) \*  
Б) \*\*  
В) \*\*\*
8. Какие вещи не надо сдавать в химчистку?  
А) Варежки и носки;  
Б) шуба и подушки;  
В) плед и дублёнка.
9. Символ химчистки:  
А) ©; -  
Б) O;  
В) O.
10. У стиральных машин активаторного и барабанного типов есть:  
А) дозатор и шнур;  
Б) кнопки управления и сливной шланг;  
В) люк и дозатор.
11. При приготовлении пищи нужно:  
А) надеть старый халат;  
Б) надеть чистый фартук и косынку;  
В) надеть повседневную одежду.
12. При неправильном использовании инструментов можно:  
А) испортить вкус еды;  
Б) получить порезы и травмы;  
В) испортить внешний вид блюда.
13. Нож и вилку нужно:  
А) подавать ручкой вперёд;  
Б) подавать ручкой к себе;  
В) подавать на блюдце.
14. Как называется отвар мяса, рыбы, грибов?  
А) Компот;  
Б) бульон;  
В) суп.

## Тест №2

- 1. Выбери правильный ответ.**  
Как называются овощи, каша и другие добавления к мясным, рыбным, блюдам?  
А) Гарнир; Б) запеканка; В) бульон.
- 2. Выбери правильный ответ.**  
Что относится ко второму блюду?  
А) Салат из капусты; Б) десерт;  
В) гарнир с котлетой.
- 3. Выбери правильный ответ.**

## Уровень I

- 12. Соотнеси вид уборки с видами работ.**
- | Вид уборки     | Вид работы                             |
|----------------|----------------------------------------|
| 1 Ежедневная   | А Подметание полов, мытье полов        |
| 2 Еженедельная | Б Мытье окон, мытье люстр, стирка штор |

Как называется измельчённое в мясорубке мясо? 3 Сезонная В Подметание пола, обтирание пыли

А) Филе; Б) фарш; В) не знаю.

**4. Выбери правильный ответ.**

Что можно приготовить из мясного фарша?

А) Котлеты; Б) салат ;В) не знаю.

**5. Выбери правильный ответ.**

Какие продукты нужны для приготовления жареной рыбы?

А) Рыба, лук, чеснок, соль, растительное масло, мука;

Б) рыба, лук, соль, растительное масло, мука; |

В) рыба, лук, соль, сахар, растительное масло, мука.

**6. Выбери правильный ответ.**

Основой для киселя является:

А) варенье; Б) сироп; В) крахмал.

**7. Выбери верную последовательность приготовления киселя:**

А) Развести крахмал.

В) Размешать и довести до кипения.

Б) Поставить варить сироп.

Г) Влить в горячий сироп.

А)ГАБВ; Б)БАГВ; В)БАВГ.

**8. Выбери правильный ответ.**

Как называется почтовое отправление в бумажной обёртке, весом до 2 кг?

А) Посылка; Б) письмо; В) бандероль

**9. Выбери правильный ответ.**

Бандероли бывают:

А) простые, заказные, ценные, бесценные:

Б) простые, заказные, ценные, с уведомлением;

В) простые, сложные, ценные.

**10. Выбери правильный ответ.**

Как называется специальный бланк со списком вложенных вещей?

А) Открытка;

Б) телеграмма;

В) опись.

**11. Выбери правильный ответ.**

Уборка, которая проводится каждый день, называется:

А) еженедельная (регулярная);

Б) ежедневная;

В) сезонная.

**13. Выбери правильный ответ.**

Отметь месяц года, в котором нужно утеплять окна в доме:

А) декабрь;

Б) апрель;

В) октябрь.

**14. Выбери правильный ответ.**

Как называется стеклянная поверхность, предназначенная для отражения в ней находящихся перед ней предметов?

А) Окно;

Б) телевизор;

В) зеркало.

**15. Выбери правильный ответ.**

Стёкла окон и зеркало после мытья нужно вытирать:

А) мыльной тряпкой;

Б) сухой тряпкой или газетой;

В) мокрой тряпкой.

**16. Расставь цифровую последовательность мытья окон и зеркал:**

А) \_\_\_ Растереть ветошью или газетой до блеска.

Б) \_\_\_ Промыть чистой водой.

В) \_\_\_ Нанести чистящее средство

**17. Соотнеси вид мебели со способами ухода**

Вид мебели

Способ ухода

1 Полированная

А Протирать пыль, мыть

2 Мягкая

Б Мыть с мылом

3 Окрашенная

В Удалить пыль сухой мягкой тряпкой

4 Пластиковая

Г Чистить с помощью пылесоса

**18. Выбери верную последовательность выполнения уборки квартиры:**

А) Вымыть пол.

Б) Протереть пыль.

В) Подмести пол.

А) АБВ; Б) БАВ; В) БАА.

---

**Выбери правильный ответ.**

1. Как называются овощи, каша и другие добавки к мясным, рыбным блюдам?

А) Гарнир;

**Уровень II**

**9. Как называется специальный бланк со списком вложенных вещей?**

А) Открытка;

Б) телеграмма;

Б) запеканка;

В) бульон.

**2. Что относится ко второму блюду?**

А) Салат из капусты;

Б) десерт;

В) гарнир с котлетой.

**3. Как называется измельчённое в мясорубке мясо?**

А) Филе;

Б) фарш;

В) не знаю

**4. Что можно приготовить из мясного фарша?**

А) Котлеты;

Б) салат;

В) не знаю.

**5. Какие продукты нужны для приготовления жареной рыбы?**

А) Рыба, лук, чеснок, соль, растительное масло, мука;

Б) рыба, лук, соль, растительное масло, мука;

В) рыба, лук, соль, сахар, растительное масло, мука.

**6. Основой для киселя является:**

А) варенье;

Б) сироп;

В) крахмал.

**7. Как называется почтовое отправление в бумажной обёртке, весом, до 2кг?**

А) Посылка;

Б) письмо;

В) бандероль.

**8. Бандероли бывают:**

А) простые, заказные, ценные, бесценные;

Б) простые, заказные, ценные, с уведомлением;

В) простые, сложные, ценные.

В) опись.

**10. Уборка, которая проводится каждую неделю, называется:**

А) еженедельная (регулярная);

Б) ежедневная;

В) сезонная.

**11. Как называется вид уборки, когда моют окна, люстры, стирают шторы?**

А) Ежедневная;

Б) еженедельная;

В) сезонная.

**12. Отметь месяц года, в котором нужно утеплять окна в доме:**

А) декабрь;

Б) апрель;

В) октябрь.

**13. Как называется стеклянная поверхность, предназначенная для отражения в ней находящихся перед ней предметов?**

А) Окно;

Б) телевизор;

В) зеркало.

**14. Стёкла окон и зеркало после мытья нужно вытирать:**

А) мыльной тряпкой;

Б) сухой тряпкой или газетой;

В) мокрой тряпкой.

**15. Какой вид мебели можно пылесосить?**

А) Пластиковая;

Б) мягкая;

В) полированная.

**16. С чего надо начинать уборку квартиры**

А) Вымыть пол;

Б) протереть пыль;

В) подмести пол.

### Тест №3

#### Уровень I

**1. Соотнеси название уборки с её содержанием**

Названия уборки

Содержание уборки

1 Ежедневная

А Мытье полов, уход за цветами, обтирание пыли

2 Еженедельная

Б Мытье окон, люстр, дверей, полов, стирка штор

3 Сезонная

В Вытирание пыли, подметание полов

**2. Выбери верные утверждения:**

А) Не следует комнату загромождать мебелью.

Б) Ежедневно надо протирать пыль.

**7. Соотнеси вид пола с уходом за ним**

Половое покрытие

Уход за полом

1 Линолеум

А Моют теплой водой с моющим средством, можно с мылом

2 Керамическая плитка

Б Протирают влажной тряпкой, натирают мастикой

3 Паркетный пол

В Моют теплой водой с моющим средством, можно добавлять 1-2 чайные ложки

- В) 1 раз в неделю следует мыть пол.
- Г) 1 раз в месяц следует мыть пол.
- Д) 1 раз в неделю следует чистить ковры пылесосом.
- Е) Комнату следует проветривать.
- Ж) Полы лучше часто подметать, чем мыть.
- И) Полы лучше часто мыть, чем подметать.

**3. Соотнеси вид уборки с ее периодичностью**

Вид уборки	Периодичность уборки
1 Ежедневная	А 1 раз в 3 месяца
2 Еженедельная	Б 1 раз в день
3 Сезонная	В 1 раз в неделю

**4. Выбери правильный ответ.**

Как часто следует встряхивать и расправлять постельное бельё?

- А) Ежедневно;
- Б) 1 раз в неделю;
- В) 3 раза в день.

**5. Выбери правильный ответ.**

Как часто нужно производить смену постельного белья?

- А) Ежедневно;
- Б) еженедельно;
- В) раз в месяц.

**6. Выбери правильный ответ.**

После стирки и сушки постельное бельё нужно:

- А) положить в шкаф;
- Б) проутюжить
- В) повесить на плечики.

- 4 Окрашенный  
дощатый пол

- уксуса
- Г Чистят средством для металлической посуды, но не кислотой

**8. Выбери верные способы ухода за коврами:**

- А) чистить влажным веником;
- Б) стирать в стиральной машине;
- В) чистить на снегу;
- Г) пылесосить.

**9. Выбери правильный ответ.**

Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством засасывания её струей воздуха?

- А) Пылесборник;
- Б) веник;
- В) пылесос.

**10. Дополни предложения, используя слова для справок.**

А) Пылесосы бывают для \_\_\_\_\_ И \_\_\_\_\_ уборки.

Б) Прежде чем включать пылесос, проверь исправность \_\_\_\_\_

В) Нельзя пылесосить \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_

Г) После работы пылесос \_\_\_\_\_.

Слова для справок: почисти, розетка, шнур, вилка, сухая, мокрая, осколки, острые предметы.

**11. Выбери из предложенного списка только те транспортные средства, которые перевозят пассажиров в городе:**

- А) автобус; Д) троллейбус; К) поезд;
- Б) велосипед; Е) самолёт; Л) такси;
- В) трамвай; Ж) трактор; М) маршрутное такси.
- Г) самосвал; И) аэросани;

**12. Соотнеси названия магазинов и продаваемый товар**

Названия магазинов	Товар
1 «Обувь»	А Журналы, открытки, книги
2 «Книги»	Б Пуговицы, ткани, нитки
3 «Одежда»	В Сапоги, туфли, тапочки
4 «Ткани»	Г Платье, рубашка, брюки

**Уровень II**

**Выбери правильный ответ.**

1. Как называется уборка, когда выполняют мытьё полов, уход за цветами, обтирание пыли?

- А) Ежедневная;
- Б) еженедельная;
- В) сезонная.

**2. В детской комнате необходимо:**

- А) полы лучше часто подметать, чем мыть;
- Б) полы лучше часто мыть, чем подметать;
- В) раз в год чистить ковры пылесосом.

3. Сезонная уборка проводится:

- А) раз в три месяца;
- Б) 1 раз в день;
- В) 1 раз в неделю.

**4. Как часто следует встряхивать и расправлять постельное бельё?**

- А) Ежедневно;
- Б) 1 раз в неделю;
- В) 3 раза в день.

**5. Как часто нужно производить смену постельного белья?**

- А) Ежедневно;
- Б) еженедельно;
- В) раз в месяц.

**6. После стирки и сушки постельное бельё нужно:**

- А) положить в шкаф;
- Б) проутюжить;
- В) повесить на плечики.

**7. Это половое покрытие можно протереть влажной тряпкой, натереть мастикой:**

- А) линолеум;
- Б) керамическая плитка;
- В) паркет.

**8. Как называется бытовая техника для удаления пыли посредством засасывания её струей воздуха?**

- А) Пылесборник;
- Б) веник;
- В) пылесос.

**9. Пассажиров в городе перевозят:**

- А) автобус, велосипед, трамвай;
- Б) трамвай, самосвал, троллейбус;
- В) автобус, трамвай, троллейбус

**10. В магазине «Ткани» продают:**

- А) журналы, открытки, книги; .
- Б) платья, рубашки, брюки; "
- В) пуговицы, ткани, нитки.

**Тест №4  
Уровень 1**

1. Выбери правильный ответ.

В гости нужно приходить:

- А) на час раньше, чем назначено;
- Б) на полчаса позже, чем назначено;
- В) в точно назначенное время.

2. Выбери правильный ответ.

Можно ли прийти в гости с незнакомым для хозяев человеком?

- А) Можно, если вы с ним только что встретились;
- Б) можно, спросив разрешения хозяев;
- В) нельзя, ни при каких обстоятельствах.

3. Выбери правильный ответ.

Если хочешь что-то посмотреть, находясь в гостях, нужно:

- А) взять и посмотреть;
- Б) взять и посмотреть, а потом сказать хозяевам;
- В) спросить разрешения хозяев.

4. Выбери правильный ответ.

Когда можно сесть за праздничный стол?

- А) Как только вы вошли в комнату, где накрыт стол;
- Б) после того, как сядут наиболее важные гости;
- В) после приглашения хозяев и после того, как сядут женщины.

5. Выбери правильный ответ.

Во время еды:

- А) руки не кладите на стол;
- Б) положите локти на стол;
- В) положите на стол только кисти рук.

6. Выбери правильный ответ.

Подарок нужно дарить с ценником? ,

- А) Да; Б) нет; В) не знаю

7. Выбери правильный ответ.

Если в гости идут девушка с юношей, то цветы дарит:

- А) девушка; Б) юноша; В) вместе.

8. Выбери правильный ответ.

Нужно ли расхваливать свой подарок?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю

9. Выбери правильный ответ.

Цветы в вазу ставят:

- А) сразу, как подарили;
- Б) после того, как уйдут гости;
- В) на следующий день.

10. Выбери правильный ответ.

Подаренные конфеты и фрукты нужно:

- А) убрать;
- Б) угостить тех, кто их принёс;
- В) поставить на стол.

11. Выбери верные утверждения:

- А) В аптечку входит перевязочный материал (бинт, вата, пластырь).
- Б) В аптечку должно входить как можно больше разных таблеток и мазей.
- В) В аптечку входят дезинфицирующие вещества (перекись водорода, йод, бриллиантовая зелень).
- Г) В аптечку должны входить шприцы, системы капельниц.
- Д) Лекарственные средства (от кашля, от головной боли, от Насморка, жаропонижающие, таблетки по назначению врача).
- Е) Термометр.

12. Соотнеси название лекарственного растения с применением

Название растения	Применение
1 Подорожник	А Противовоспалительное
2 Мать-и-мачеха	Б От болезней кишечника
3 Зверобой	В Останавливает кровь, от кашля
4 Ромашка	Г От кашля, от простуды

13. Расставь цифровую последовательность приготовления отвара:

- \_\_\_ А) Высуши в прохладном, тёмном месте.
- \_\_\_ Б) Положи в стакан 1 столовую ложку высушенной травы.
- \_\_\_ В) Собери нужную траву в лесу.
- \_\_\_ Г) Залей кипятком, накрой салфеткой, дай настояться 15—20 минут.

14. Соотнеси понятие с определением.

Понятие	Определение
1 Вывих	А Механическое повреждение мягких тканей без нарушения целостности кожи
2 Ушиб	Б Повреждение кости с нарушением ее целостности
3 Перелом	В Смещение суставных концов костей

15. Соотнеси понятие с оказанием первой медицинской помощи

Понятие	Первая медицинская помощь
1 Вывих	А Наложить шину, доставить пострадавшего в больницу
2 Ушиб	Б Наложить холод, дать обезболивающее средство
3 Перелом	В Наложить холод, покой поврежденной части

### Уровень 2

1. В гости нужно приходить:

- А) на час раньше, чем назначено;
- Б) на полчаса позже, чем назначено;
- В) в точно назначенное время

2. Можно ли прийти в гости с незнакомым для хозяев человеком?

- А) Можно, если вы с ним только что встретились;
- Б) можно, спросив разрешения хозяев;
- В) нельзя, ни при каких обстоятельствах.

3. Если хочешь что-то посмотреть, находясь в гостях, нужно:

- А) взять и посмотреть;
- Б) взять и посмотреть, а потом сказать хозяевам;
- В) спросить разрешения хозяев.

4. Когда можно сесть за праздничный стол?

- А) Как только вы вошли в комнату, где накрыт стол;
- Б) после того, как сядут наиболее важные гости;
- В) после приглашения хозяев и после того, как сядут женщины.

5. Во время еды:

- А) руки не кладите на стол;
- Б) положите локти на стол; |
- В) положите на стол только кисти рук.

6. Подарок нужно дарить с ценником?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю

7. Если в гости идут девушка с юношей, то цветы дарит:

8. Нужно ли расхваливать свой подарок?

- А) Да;
- Б) нет; |
- В) не знаю.

9. Цветы в вазу ставят:

- А) сразу, как подарили;
- Б) после того, как уйдут гости;
- В) на следующий день.

10. Подаренные конфеты и фрукты нужно:

- А) убрать;
- Б) угостить тех, кто их принёс;
- В) поставить на стол

11. Мать-и-мачеху применяют:

- А) от кашля и простуды;
- Б) как противовоспалительное средство;
- В) от болей в животе.

12. Подорожник применяют:

- А) от кашля и простуды;
- Б) как кровоостанавливающее средство и от кашля;
- В) как противовоспалительное средство.

13. Механическое повреждение мягких тканей без нарушения целостности кожи:

- А) вывих;
- Б) ушиб;
- В) перелом.

14. Что нужно сделать при переломе?

- А) Наложить холод, дать обезболивающее

- А) девушка; средство;  
 Б) юноша; Б) наложить холод; покой повреждённой части;  
 В) вместе. В) наложить шину, доставить пострадавшего в больницу.

**Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа за год**

**1. Выбери правильный ответ.**

Какой вид транспорта может быстро и на дальние расстояния перевоз; грузы и людей по земле?

- а) автобус  
 б) поезд  
 в) трамвай

**2. К каждому слову подбери верное назначение.**

Слова		Назначение	
1	Касса	А	Ждём отправления
2	Расписание	Б	Возвращает деньги за сданные билеты
3	Справочная	В	Храним вещи
4	Камера хранения	Г	Узнаём о движении поездов
5	Зал ожидания	Д	Узнаём о наличии билетов, рейсов
6	Касса возврата	Е	Покупаем билет

**3. Выбери правильный ответ.**

Самый комфортный вагон:

- а) общий  
 б) купе  
 в) плацкартный

**4. Выбери правильный ответ.**

Как называется магазин, специализирующийся на продаже одного вида товара

- а) продуктовый;  
 б) промтоварный;  
 в) специализированный.

**5. Выбери правильный ответ.**

Выходящих из магазина покупателей, нужно пропускать?

- а) да  
 б) нет  
 в) не знаю

**6. Выбери правильный ответ.**

Как называется официальный документ, удостоверяющий личность владельца?

- а) паспорт  
 б) медицинский полис  
 в) диплом

**7. Выбери правильный ответ.**

С какого возраста нужно получать паспорт?

- а) 12 лет;  
 б) 14 лет;  
 в) 16 лет.

**8. Соотнеси, какую помощь ты можешь оказать родителям в уходе за младшими детьми.**

Время суток	Помощь
-------------	--------

1	Утро	А	Поиграть, почитать книжку, погулять
2	День	Б	Погулять, умыться, почитать сказку на ночь
3	Вечер	В	Отвести в детский сад

**9. В камере хранения железнодорожного вокзала:**

- а) покупают билеты
- б) хранят вещи
- в) узнают о движении поездов

**10. Учёт доходов и расходов семьи называется:**

- а) страховка
- б) кредит;
- в) бюджет.

**11. Какие бывают виды бандеролей?**

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Ценная
- б) простая
- в) тяжелая
- г) заказная

**12. Что можно отправить бандеролью?**

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Журналы
- б) семена цветов
- в) деньги
- г) свежую рыбу

**13. Основные виды магазинов.**

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Специализированные;
- б) продовольственные;
- в) большие;
- г) промтоварные.

**14. В каком магазине продается мебель?**

Выбери один ответ.

- а) В продовольственном;
- б) в специализированном;
- в) в спортивном.

**15. Вам не подошли сапоги, которые вы купили вчера, что нужно предъявить продавцу, чтобы сапоги поменяли?**

Выберите один вариант ответа.

- а) Паспорт;
- б) чек;
- в) медицинский полис;
- г) квитанцию.

**16. Что можно купить в магазине «Одежда» на 50 рублей?**

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Носовой платок;
- б) шарф;
- в) носки;
- г) футболку.

**17. Что должно находиться в домашней аптечке?**

Напиши ответ.

---

---

---

**18. Переломы бывают.....**

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Открытые;
- б) сильные;
- в) закрытые.

**19. Какие лекарственные растения ты знаешь?**

Напиши ответ.

---

---

---

**20. Какие предприятия есть в нашем городе?**

Напиши ответ.

---

---

---

**8 класс  
Тест №1**

**I уровень**

1. Соотнеси время суток с уходом за лицом

Время суток	Процедуры ухода за лицом
1 Утро	А Не трогай лицо грязными руками
2 День	Б Умойся туалетным мылом или пенкой для умывания, протри лицо лосьоном, нанеси питательный или витаминизированный крем
3 Вечер	В Умойся теплой водой. Протри лицо лосьоном, нанеси увлажняющий крем

2. Выбери правильный ответ.

Вещи из шерстяной ткани надо сушить:

- А) на ровной поверхности
- Б) на плечиках
- В) на бельевом шнуре

3. Выбери правильный ответ

Изделия из какой ткани нельзя стирать при температуре 90`С?

- А) из хлопка
- Б) из шерсти и синтетики
- В) из льна

4. Расставь цифрами очередность глажения блузки ( рубашки )

10. Выбери правильный ответ

Юноша, приглашая девушку

- А) Должен продумать маршрут прогулки
- Б) Попросить продумать маршрут прогулки девушку
- В) Пойти туда, где еще не были

11. Выбери правильный ответ.

Юноша должен прийти на свидание:

- А) на 30 минут раньше
- Б) на 5 минут раньше
- В) на 5 минут позднее назначенного времени

12. Выбери правильный ответ

Девушка может задержаться:

- А) на любое время
- Б) на 10 минут
- В) на 30 минут

13. Выбери правильный ответ

Почему при мытье сантехнического

- А) Манжета
- Б) Полочка
- В) Воротник
- Г) планка с застежкой
- Д) Рукав
- Е) Спинка

5. Выбери символы для ухода за шерстяными и синтетическими изделиями

А)  \_\_\_\_\_

Б)  \_\_\_\_\_

В)  \_\_\_\_\_

Г)  \_\_\_\_\_

Д)  \_\_\_\_\_

Е)  \_\_\_\_\_

Ж)  \_\_\_\_\_

И)  \_\_\_\_\_

К)  \_\_\_\_\_

Слова для справок: средний нагрев утюга, химчистка разрешена, ручная стирка при температуре 30`С, стирать нельзя, сушить на ровной поверхности, сильный нагрев утюга, ручная стирка, отбеливать можно, сушить на вешалке

6. Выбери правильный ответ  
Что нужно делать с мокрым бельем после стирки

- А) Выбрать отбеливатель
- Б) Выбрать для сушки
- В) Проутюжить

7. Выбери правильный ответ  
Что нужно сделать с сухим бельем после стирки?

- А) Погладить
- Б) Положить в шкаф
- В) Повесить на плечики

8. Выбери правильный ответ  
Где хранить грязное белье?

- А) В шкафу
- Б) В ванной комнате
- В) В ванной в корзине для белья

9. Выбери правильный ответ  
Надо ли пришивать метку к белью при сдаче в прачечную?

- А) Надо

оборудования нельзя резко менять температуру?

- А) неприятно рукам
- Б) потрескается эмаль
- В) не знаю

14. Для чего нужно устранить течь из крана?

- А) раздражает звук капель
- Б) образуется желтый налет на эмали
- В) для экономии воды

15. Выбери правильный ответ:  
Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам?

- А) Это интересно
- Б) чтоб потом пересказать
- В) для экономии воды

16. Расставь правильно цифровую последовательность покупки билета

- А) Оплатить стоимость проезда
- Б) Назвать время отправления
- В) Назвать станцию назначения
- Г) Проверит сдачу

17. Напиши названия водного транспорта

---

- Б) Только если вещь дорогая
- В) Если попросят работники прачечной

1. Выбери правильный ответ  
В течении дня лицо нельзя:  
А) Умывать холодной водой  
Б) умывать горячей водой  
В) трогать грязными руками
2. Результат закупорки пор и отмершими клетками, бактериями, жирными кислотами называют:  
А) синяк  
Б) Угри  
В) лишай
3. Для предотвращения появления прыщей нужно:  
А) правильно и разнообразно питаться  
Б) есть только то, что любишь  
В) не есть утром и вечером
4. Вещи из шерстяной ткани надо сушить:  
А) на ровной поверхности  
Б) на плечиках  
В) на бельевом шнуре
5. Изделия из какой ткани нельзя стирать при температуре 90`С  
А) Из хлопка  
Б) из шерсти и синтетики  
В) из льна
6. Что нужно сделать с мокрым бельем после стирки?  
А) Выбрать отбеливатель  
Б) Выбрать для сушки  
В) Проутюжить
- . Выбери правильный ответ  
Что нужно сделать с сухим бельем после стирки?  
А) Погладить  
Б) Положить в шкаф  
В) Повесить на плечики
8. Выбери правильный ответ  
Где хранить грязное белье?  
А) В шкафу  
Б) В ванной комнате  
В) В ванной в корзине для бель

## Уровень II

9. Выбери правильный ответ  
Надо ли пришивать метку к белью при сдаче в прачечную?  
А) Надо  
Б) Только если вещь дорогая  
В) Если попросят работники прачечной
10. Выбери правильный ответ  
Юноша, приглашая девушку  
А) Должен продумать маршрут прогулки  
Б) Попросить продумать маршрут прогулки девушку  
В) Пойти туда, где еще не были
11. Выбери правильный ответ.  
Юноша должен прийти на свидание:  
А) на 30 минут раньше  
Б) на 5 минут раньше  
В) на 5 минут позднее назначенного времени
12. Выбери правильный ответ  
Девушка может задержаться:  
А) на любое время  
Б) на 10 минут  
В) на 30 минут
13. Выбери правильный ответ  
Почему при мытье сантехнического оборудования нельзя резко менять температуру?  
А) неприятно рукам  
Б) потрескается эмаль  
В) не знаю
14. Для чего нужно устранить течь из крана?  
А) раздражает звук капель  
Б) образуется желтый налет на эмали  
В) для экономии воды
15. Выбери правильный ответ:  
Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам?  
А) Это интересно  
Б) чтоб потом пересказать  
В) для экономии воды
16. К водному транспорту относится:  
А) самолет, поезд, теплоход  
Б) автобус, троллейбус, катер  
В) теплоход, катер, лодка

**1. Выбери верное утверждение.**

К санитарно-гигиеническим требованиям относятся утверждения:

- А) Мойте руки с мылом.
- Б) Перед включением электроприбора проверьте исправность шнура.
- В) Наденьте фартук, косынку.
- Г) Включайте и выключайте приборы сухими руками.
- Д) Рукава одежды закатайте.

**2. Выбери правильный ответ.**

Что относится к электрооборудованию кухни?

- А) Тёрка; Б) мясорубка; В) кухонный комбайн.

**3. Выбери правильный ответ.**

Что применяют для взбивания яиц, приготовления жидкого теста?

- А) Овощерезка; Б) миксер; В) мясорубка.

**4. Выбери правильный ответ.**

Что применяют для приготовления фарша?

- А) Тёрка; Б) мясорубка; В) овощерезка.

**5. Выбери правильный ответ.**

Как называется процесс заготовки овощей и фруктов впрок с помощью консервантов?

- А) Замораживание; Б) засахаривание;
- В) консервирование.

**6. Выбери правильный ответ.**

Как называется процесс сохранения продуктов при воздействии низких температур?

- А) Замораживание; Б) размораживание;
- В) сушка.

**7. Выбери правильный ответ.**

Меню - это:

- А) сервировка стола; Б) перечень блюд;
- В) цена блюда.

**8. Выбери правильный ответ.**

Из теста готовят:

- А) пироги, ватрушки, блины;
- Б) пирожные, котлеты, печенье;
- В) торты, шаньги, тефтели.

**9. Выбери правильный ответ.**

Тесто может быть:

- А) холодным и горячим; Б) кислым и сладким;
- В) дрожжевым и бездрожжевым.

**10. Выбери правильный ответ.**

Песочное, слоёное, бисквитное и заварное тесто относят:

- А) к дрожжевому тесту; Б) к бездрожжевому тесту; В) к любому виду теста.

**11. Выбери правильный ответ.**

Для приготовления блинов не нужны:

- А) мука и сахар;
- Б) уксус и сода;
- В) молоко и вода.

**12. Расставь цифровую последовательность приготовления блинов:**

- А) Замесить жидкое тесто.
- Б) Выпекать на разогретой сковороде, обжаривая с двух сторон.
- В) Смешать яйца, молоко, соль, сахар, муку, соду.

**13. Выбери правильный ответ.**

В песочном тесте содержится много:

- А) муки и соли;
- Б) масла и сахара;
- В) яиц и воды.

**14. Выбери правильный ответ.**

Как называются магазины, осуществляющие продажу товаров одной товарной группы (обувь, ткани, мебель)?

- А) Комиссионные;
- Б) специализированные;
- В) продовольственные.

**15. Выбери верные утверждения:**

- А) Пропусти выходящих покупателей из магазина.
- Б) Обойди весь магазин, затем пройди в нужный отдел.
- В) Вежливо обращайся к продавцу, кассиру.
- Г) Если товар в упаковке, то открой её, рассмотри хорошо товар.

**16. Соотнеси название отдела с товаром, который в нем продается**

Название отдела	Товар
А Бакалея	1 Колбаса, котлеты, фарш
Б Молочный	2 Булки, сушки, батоны
В Хлебный	3 Чай, сахар, кофе
Г Кондитерский	4 Сыр, кефир, творог
Д Мясной	5 Конфеты, вафли, торт

**17. Выбери правильный ответ.**

Продавец высокой квалификации, осуществляющий консультирование клиентов по имеющимся в наличии товарам и последующую продажу этих товаров, называется:

- А) кассир;
- Б) продавец-консультант;
- В) старший продавец.

## II уровень

Выбери правильный ответ.

**1. Что относится к санитарно-гигиеническим требованиям?**

- А) Мыть руки с мылом;
- Б) перед включением электроприбора проверить исправность шнура;
- В) включайте и выключайте приборы сухими руками.

**2. Что относится к технике безопасности?**

- А) Наденьте фартук, косынку;
- Б) включайте и выключайте приборы сухими руками;
- В) рукава одежды закатайте.

**3. Что относится к электрооборудованию кухни?**

- А) Тёрка;
- Б) мясорубка;
- В) кухонный комбайн.

**4. Что применяют для взбивания яиц, приготовления жидкого теста?**

- А) Овощерезка;
- Б) миксер;
- В) мясорубка.

**5. Что применяют для приготовления фарша?**

- А) Тёрка;
- Б) мясорубка;
- В) овощерезка.

**6. Как называется процесс заготовки овощей и фруктов впрок с помощью консервантов?**

- А) Замораживание;
- Б) засахаривание;
- В) консервирование.

**7. Как называется процесс сохранения продуктов при воздействии низких температур?**

- А) Замораживание;
- Б) размораживание;
- В) сушка

**8. Меню — это:**

- А) сервировка стола;
- Б) перечень блюд;
- В) цена блюда.

**9. Из теста готовят:**

- А) пироги, ватрушки, блины;
- Б) пирожные, котлеты, печенье;
- В) торты, шаньги, тефтели.

**10. Тесто может быть:**

- А) холодным и горячим;
- Б) кислым и сладким;
- В) дрожжевым и бездрожжевым.

**11. Песочное, слоёное, бисквитное и заварное тесто относят:**

- А) к дрожжевому тесту;
- Б) бездрожжевому тесту;
- В) любому виду теста. .-

**12. Для приготовления блинов не нужны:**

- А) мука и сахар;
- Б) уксус и сода;
- В) молоко и вода.

**13. Как называются магазины, осуществляющие продажу товаров одной товарной группы (обувь, ткани, мебель)?**

- А) Комиссионные;
- Б) специализированные;
- В) продовольственные.

**14. Что можно купить в магазине в отделе «Молочный»?**

- А) Булки, сушки, батоны;
- Б) колбасу, котлеты, фарш;
- В) сыр, кефир, творог.

**15. В каком отделе можно купить чай, сахар, кофе?**

- А) «Бакалея»;
- Б) «Мясной»;
- В) «Хлебный».

**1. Соотнеси вид ухода за грудным ребенком с необходимыми принадлежностями**

Вид ухода	Необходимые принадлежности
1 Пеленание	А Кроватка, коляска
2 Сон	Б Ванночка, приспособление для купания
3 Кормление	В Стол, пеленки
4 Купание	Г Специальный стул, отдельная посуда

**2. Соотнеси возраст ребенка с периодичностью кормления**

Возраст ребенка	Периодичность кормления
1 До 3 месяцев	А Через 4 часа
2 С 3 до 6 месяцев	Б Через 3.5 часа
3 С 6 месяцев	В Через 3 часа

**3. Укажи цифровую последовательность пеленания грудного ребенка:**

- А) Лента.
- Б) Ползунки.
- В) Пелёнка тонкая (ситцевая).
- Г) Подгузник (памперс).
- Д) Распашонки, кофточка.
- Е) Клеёнка.
- Ж) Пелёнка тёплая (фланелевая).
- И) Одеяло.

**4. Выбери необходимые средства и приспособления для купания грудного ребёнка:**

- А) губка; Ж) кувшин или ковш;
- Б) мочалка; И) детское мыло;
- В) ванна; К) хозяйственное мыло;
- Г) полотенце махровое; Л) пенка для купания;
- Д) термометр; М) скраб для тела;
- Е) чистое бельё; Н) кипячёная вода.

**5. Выбери правильный ответ.**

**Игрушки для грудного ребёнка лучше покупать:**

- А) пластмассовые и мягкие;
- Б) пластмассовые и резиновые;
- В) резиновые и мягкие.

**Выбери правильный ответ.**

**1. Какие принадлежности нужны для сна грудного ребёнка?**

- А) Специальный стул, отдельная посуда;
- Б) кровать, коляска;
- В) стол, ванночка.

**2. Грудного ребёнка до 3 месяцев нужно кормить:**

- А) через 3,5 часа;
- Б) через 4 часа;

**6. Выбери статьи расходов:**

- А) зарплата; И) выигрыш в лотерею;
- Б) питание; К) личные нужды;
- В) пенсии; Л) культурные потребности;
- Г) пособия; М) доход от хозяйства;
- Д) хозяйственно-бытовые нужды; Н) плата за телефон;
- Е) доход с огорода; П) плата за детский сад.
- Ж) плата за свет;

**7. Выбери верное понятие слова «бюджет»:**

- А) уменьшение суммы первоначальных средств;
- Б) планирование расходов и доходов;
- В) обязательные взносы.

**8. Выбери названия продуктов, которые можно было не покупать**

**в целях экономии бюджета семьи:**

- А) хлеб; Ж) картофель;
- Б) масло; И) кефир;
- В) мороженое; К) йогурт;
- Г) бананы; Л) пирожное;
- Д) творог; М) чипсы.
- Е) лук;

**9. Выбери правильный ответ.**

**Как называется накопленная сумма денег?**

- А) Бюджет;
- Б) сбережение;
- В) расходы.

**10. Посчитайте плату за электроэнергию.**

**Стоимость 1 кВт/ ч 1 рубль 78 копеек. .**

Старые показания	Новые показания	Всего	Сумма
46653	46973		

**Уровень II**

**5. Выбери статьи расходов:**

- А) зарплата, пенсия, пособие;
- Б) питание, оплата за телефон, свет, газ;
- В) пенсии, личные нужды, доход от хозяйства.

**6. Выбери верное понятие слова «бюджет»:**

- А) уменьшение суммы первоначальных средств;
- Б) планирование расходов и доходов;
- В) обязательные взносы.

В) через 3 часа.

**3. Выбери необходимые средства и приспособления для купания грудного ребёнка:**

А) губка, полотенце махровое, мыло детское, мыло хозяйственное;

Б) скраб для тела, пенка для купания, полотенце махровое,

В) губка, полотенце махровое, пенка для купания, чистое бельё.

**4. Игрушки для грудного ребёнка лучше покупать:**

А) пластмассовые и мягкие;

Б) пластмассовые и резиновые;

В) резиновые и мягкие.

**7. Выбери названия продуктов, которые можно было не покупать в целях экономии бюджета семьи: ,**

А) лук, картофель, молоко;

Б) масло, творог, хлеб;

В) семечки, чипсы, мороженое.

**8. Как называется накопленная сумма денег?**

А) Бюджет;

Б) сбережение;

В) расходы.

**Тест №4  
Уровень 1**

1. Выбери правильный ответ.

| Телефонный аппарат, в котором соединение с абонентом устанавливается после опускания монет определённого достоинства, специального жетона или карты, называется.

- А) сотовый телефон;
- Б) стационарный телефон;
- В) таксофон (телефон-автомат).

2. Выбери верный порядок набора по автоматической международной телефонной связи: |

- А) Снимите трубку — гудок — \$ — номер телефона абонента.
- Б) Снимите трубку — гудок — \$ — гудок — код города — номер телефона абонента.
- В) Снимите трубку — гудок — \$ — гудок — 10 - код страны - код города — номер телефона абонента

3. Выбери правильный ответ.

Как называется повреждение тканей, возникшее от теплового, химического, электрического, радиационного воздействия?

- А) Обморожение,
- Б) ожог;
- В) отравление.

4. Выбери правильный ответ. —

Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?

- А) Обморожение;
- Б) ожог;
- В) отравление.

5. Расставь цифровую последовательность оказания первой помощи при ожоге:

- А) Обеспечить обильное питье.
- Б) Наложить антисептическую обезболивающую повязку.
- В) Одежду обрезать в месте раны.
- Г) Доставить в лечебное учреждение

6. Выбери правильный ответ.

Что нужно делать при тепловом солнечном ударе?

- А) Положить на холодную землю;
- Б) положить на одеяло, покрывало в тени;
- В) укрыть одеялом, покрывало

7. Выбери правильный ответ. |

Номер телефона вызова «скорой помощи»:

- А) 01;
- Б) 02;
- В) 03

8. Выбери правильный ответ.

— Употребление в пищу недоброкачественных продуктов вызывает:

- А) объедание;
- Б) отравление;
- В) обморожение.

9. Расставь цифровую последовательность оказания первой помощи утопающему: ||

- \_\_\_ А) Переверни на спину, сделай искусственное дыхание.
- \_\_\_ Б) Очисти рот, нос от песка, ила.
- \_\_\_ В) Вызови «скорую помощь». -
- \_\_\_ Г) Положи вниз лицом так, чтоб голова и грудь свисали, вода вытечет из лёгких.

10. Соотнеси понятия с их определением

Понятия	Определения
1 Способ заражения глистными заболеваниями	А Плохой сон, тошнота по утрам, острые боли в животе, бледность лица, нервозность, общая слабость
2 Признаки глистных заболеваний	Б Содержи руки в чистоте, следи за чистотой белья тела, уничтожай мух, содержи в чистоте унитаз, не трогай уличных животных
3 Меры профилактики	В Грязные руки, невымытые продукты, непроваренная пища

11. Выбери правильный ответ. .

Как называется руководящий районный или городской орган?

- А) Управление;
- Б) префектура;
- В) не знаю.

## Уровень 2

Выбери правильный ответ.

1. Телефонный аппарат, в котором соединение с абонентом устанавливается после опускания монет определённого достоинства, специального жетона или карты, называется:

- А) сотовый телефон;
- Б) стационарный телефон;
- В) таксофон (телефон-автомат).

2. Выбери верный порядок набора по автоматической международной телефонной связи: .

- А) Снимите трубку - гудок - 8 — номер телефона абонента;
- Б) Снимите трубку — гудок — 8 — гудок — код города — номер телефона абонента;
- В) Снимите трубку - гудок - 8 — гудок — 10 — код страны - код города — номер телефона абонента.

3. Как называется повреждение тканей, возникшее от теплового, химического, электрического, радиационного воздействия?

- А) Обморожение;
- Б) ожог;
- В) отравление

4. Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?

- А) Обморожение;
- Б) ожог;
- В) отравление.

5. Что нужно делать при тепловом солнечном ударе?

- А) Положить на холодную землю;
- Б) положить на одеяло, покрывало в тени;
- В) укрыть одеялом, покрывалом.

6. Номер телефона вызова «скорой помощи»:

- А) 01;
- Б) 02;
- В) 03.

7. Употребление в пищу

недоброкачественных продуктов вызывает:

- А) объедание;
- Б) отравление;
- В) обморожение. ‘

8. Способы заражения глистными заболеваниями:

- А) грязные руки, невымытые продукты, непроваренная пища;
- Б) чистые руки, вымытые продукты, переваренная пища;
- В) не знаю.

9. Как называется руководящий районный или городской орган?

- А) Управление;
- Б) префектура;
- В) не знаю.

## Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа за год

### 1. Что значит вести Здоровый образ жизни?

Найди и подчеркни правильные ответы.

- а) Соблюдать режим дня;
- б) правильно питаться;
- в) спать до 12 часов;
- г) заниматься физкультурой.

### 2. Какие бывают типы кожи?

Допиши ответ: нормальная,...

### 3. Выбери средства по уходу за кожей лица.

- а) Лосьон;
- б) дезодорант;
- в) крем;
- г) пенка.

**4. Как называется накопленная сумма денег?**

- а) бюджет;
- б) сбережения;
- в) расходы.

**5. Игрушки для грудного ребенка лучше покупать:**

- а) пластмассовые и мягкие;
- б) пластмассовые и резиновые;
- в) резиновые и мягкие.

**6. Подбери и впиши в таблицу предметы ухода за грудным ребенком.**

*Посуда, детский крем, присыпка, стол, термометр, кувшин, кровать, губка, кипяченая вода, стул, пеленка, игрушка, ванночка, коляска.*

Для сна	Для купания	Для пеленания	Для кормления	Для прогулки	Для ухода за кожей
---------	-------------	---------------	---------------	--------------	--------------------

**7. Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?**

- а) обморожение;
- б) ожог;
- в) отравление.

**8. Как называется сладкий напиток из сваренных фруктов?**

- а) варенье;
- б) чай;
- в) кофе;
- г) компот.

**9. Как называется процесс специальной заготовки овощей и фруктов впрок?**

- а) консервирование;
- б) хранение;
- в) варка;
- г) складирование.

**10. Как называется процесс сильного охлаждения продуктов для длительного хранения?**

- а) заквашивание;
- б) консервирование;
- в) соление;
- г) замораживание.

**11. Подчеркни правильный ответ.**

Бюджет семьи складывается из...

- |                            |                          |
|----------------------------|--------------------------|
| а) заработка членов семьи; | г) пособия на ребёнка;   |
| б) пенсии членов семьи;    | д) денег, взятых в долг. |
| в) выигрыша в лотереи;     |                          |

**12. Подчеркни правильный ответ.**

Как узнают сведения об израсходованной электроэнергии?

- а) по телефону;
- б) по электросчётчику;
- в) по радио.

**13. Произведи расчет израсходованной электроэнергии за месяц, если показания счетчика в мае - 1654, а в июне - 1987 кВт**

Израсходованной энергии = \_\_\_\_\_ кВт

**14. Подчеркни правильный ответ.**

Что нужно сделать для того, чтобы приобрести дорогостоящую вещь?

- а) попросить денег у знакомых;
- б) найти клад;
- в) планировать приобретение вещи и копить для этого средства.

**15. Что относится к обязательным платежам?**

- а) оплата проезда;
- б) коммунальные услуги;
- в) ремонт одежды;
- г) покупка продуктов.

**16. Как называется бережливость при расходовании чего-нибудь?**

- а) жадность;
- б) скупость;
- в) экономия;
- г) бережливость.

**17. Как называется накопленная сумма денег?**

- а) сбережения;
- б) доход;
- в) бюджет;
- г) расходы.

**18. Что относится к коммунальным платежам?**

- а) оплата проезда;
- б) расходы на питание;
- в) оплата за воду;
- г) покупка одежды.

**19. Как называется сбор за неуплату в установленный срок?**

- а) штраф;
- б) пеня;
- в) зарплата;
- г) страховка

**20. Выберите названия продуктов, которые можно было не покупать в целях экономии бюджета семьи:**

- а) хлеб;
- б) масло;
- в) мороженое;
- г) бананы;
- д) творог;
- е) лук;
- ж) картофель;
- и) кефир;
- к) йогурт;
- л) пирожное;
- м) чипсы

**21. Как называется накопленная сумма денег?**

- а) бюджет;
- б) сбережения;
- в) расходы.

**22. Игрушки для грудного ребенка лучше покупать:**

- а) пластмассовые и мягкие;
- б) пластмассовые и резиновые;
- в) резиновые и мягкие.

**23. Как называется повреждение тканей в результате воздействия низкой температуры?**

- а) обморожение;
- б) ожог;
- в) отравление.

**24. Что не является водным видом транспорта:**

- а) катер
- б) дельтаплан
- в) корабль
- г) яхта

**25. Укажи неверный ответ**

Изделия, приготовленные из муки:

- а) оладьи
- б) оливье
- в) блины
- г) пирожки

**26. Отметь правильный ответ**

Как называется список блюд, приготовленных к завтраку, обеду или ужину?

- а) рецепт;
- б) блюдо;
- в) меню;

**27. Отметь правильный ответ**

Как называются рекомендации по приготовлению блюда?

- а) кулинария
- б) меню
- в) рецепт
- г) питание

**28. Отметь правильный ответ**

В какое тесто добавляют дрожжи:

- а) дрожжевое
- б) бездрожжевое

**29. Подчеркни правильные ответы.**

Какую мебель можно поставить в гостинной комнате?

- а) кухонный стол
- б) диван
- в) журнальный столик
- г) тумбу для телевизора
- д) кресло
- е) кровать

**30. Подчеркни названия электроприборов, используемых для уборки помещений.**

- А) электроутюг
- Б) пылесос
- В) электрополотёр
- Г) швабра

**31. Отметь правильные ответы.**

При знакомстве мы говорим:

- а) Извините, пожалуйста
- б) Позвольте представить
- в) Будьте добры
- г) Как вас зовут?
- д) Я рад познакомиться

**32. Установите последовательность уборки кухни:**

- \_\_\_ Вымой и расставь по местам посуду
- \_\_\_ Выбрось мусор, вложи новый пакет для мусора
- \_\_\_ Протри или вымой теплой водой кухонный стол
- \_\_\_ Открой форточку
- \_\_\_ Протри плиту, когда она остынет
- \_\_\_ Почисти раковину

**33. Отметь правильные ответы.**

Междугородный пассажирский автотранспорт, это

- а) Троллейбус;
- б) Пассажирский поезд;
- в) Автобус.

**34. Отметь правильный ответ.**

К какому виду транспорта относят катер, лодку, теплоход, сухогруз?

- а) Воздушный;
- б) Водный;
- в) Автомобильный

**35. Отметь правильный ответ.**

Как называют место на берегу реки, моря, оборудованное для причала судов, лодок?

- а) Каюта

- б) Мачга
- в) Пристань

## 9 класс

### Тест №1 Уровень I

#### 1. Выбери правильные утверждения

- А) Внимательно относись к своему здоровью
- Б) Рекомендацией врача соблюдать не обязательно
- В) Курящий человек приносит вред окружающим
- Г) При приеме алкоголя улучшается кровообращение, зрение
- Д) Выполняй правила гигиены
- Е) У курящего человека желтеет эмаль зубов, меняется цвет лица
- Ж) Девушки должны курить только на улице
- И) Рюмка алкоголя действует как яд

#### 2. Установи соответствие.

Название стиля	Определение
1 Романтический	А Опережает моду, предполагает нетрадиционные материалы, сочетание несочетаемого, оригинальность в цвете
2 Классический	Б Старомодность, нежелание гнаться за модой, спокойные цвета, красивая прическа, макияж
3 Спортивный	В Самый универсальный, строгий покрой, цвета подобраны в тон
4 Авангардный	Г Предназначен для тех, кто ведет активный образ жизни удобен и красив , много молний, отстрочек, клапанов

#### 3. Выбери верные утверждения

- А) При покупке надо знать свой размер
- Б) Покупать нужно любую понравившуюся вещь, даже если она не нужна
- В) Вещь должна быть «на вырост»
- Г) Обязательно взять чек и хранить на период гарантийного срока
- Д) Покупай запланированную вещь
- Е) Учитывай свои материальные возможности

#### 4. Установи соответствие

Степень непригодности      Способ обновления

#### 10. Выбери правильный ответ

Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?

- А) Менеджер
- Б) Дизайнер
- В) архитектор

#### 11. Выбери службы аэровокзала:

- А) Авиакассы
- Б) Пункт обмена валюты
- В) расписание движения самолетов
- Г) таможенный контроль
- Д) стоматологический кабинет
- Е) справочная служба
- Ж) камера хранения
- И) Зал ожидания
- К) зал приема гостей
- Л) туалет
- М) милиция
- Н) служба газа
- П) комната матери и ребенка
- Р) медпункт
- С) комиссионный магазин

#### 12. Выбери правильный ответ

Как называется магазин, который закупает вещи у населения и торгует уцененным товаром?

- А) продовольственный магазин
- Б) комиссионный магазин
- В) промтоварный магазин

#### 13. Выбери правильный ответ

Как называется рынок, где продают продукты?

- А) оптовый
- Б) продовольственный
- В) крытый

#### 14. Выбери правильный ответ.

Как называется рынок, где продают партии товаров?

- А) оптовый
- Б) продовольственный
- В) крытый

#### 15. Выбери правильный ответ.

Торг, на который съезжаются для продажи или закупки товара, называется:

- А) магазин
- Б) ярмарка
- В) не знаю

#### 16. Соотнеси характер торговых операций с экспонатами

Характер торговых операций	Экспонаты
1 Ярмарка потребительских прав	А Стоматология, туризм, химчистка
2 Ярмарка продукции	Б Одежда, обувь ,

- |                                       |                                                 |                                                                        |                                |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1 Не подходит длина изделия           | А Отдать знакомым, если вещь не сильно изношена | производственного назначения                                           | косметика                      |
| 2 Протерлась ткань на коленях, локтях | Б Отпороть старые, подготовить и пришить новые  | 3 Ярмарка услуг                                                        | В Станки, машины, оборудование |
| 3 Протерся воротник, манжеты          | В Длинное – ушить Короткое-удлиннить            | <b>17. Выберите правильный ответ.</b>                                  |                                |
| 4 Стал маловат размер                 | Г Поставить декоративную заплатку               | С учетом частоты проведения ярмарок обычно рассматривают виды ярмарок: |                                |

**5. Выбери правильный ответ.**

Где можно узнать о выведении пятен?

- А) Спросить у знакомых
- Б) прочитать в книгах по домоводству
- В) пробовать вывести опытным путем

**6. Выбери правильный ответ.**

Кто знакомит гостей друг с другом на праздничном вечере?

- А) Хозяйева
- Б) один из гостей
- В) сами между собой

**7. Выбери правильный ответ.**

Если гости принесут торт, обязательно ли им угощать, если у вас уже есть торт?

- А) Да – это правило вежливости
- Б) необязательно
- В) лучше его приберечь для себя

**8. Выбери правильный ответ.**

К сохранению фонда относится:

- А) косметический ремонт (оклейка стен обоями, покраска)
- Б) влажная уборка
- В) смена жилья

**9. Выбери правильный ответ.**

Интерьер – это:

- А) внешнее убранство дома
- Б) внутреннее убранство дома
- В) Внешнее и внутреннее убранство дома

**1. Выбери верное утверждение.**

1. К санитарно-гигиеническим требованиям относятся утверждения:

- А) Мойте руки с мылом.
- Б) Перед включением электроприбора проверьте

**1. Выбери правильный ответ**

Ведение здорового образа жизни является основой жизни:

- А) Да
- Б) нет
- В) не знаю

**2. Как называется универсальный стиль, где преобладают строгий покрой, цвета подобраны в тон?**

- А) спортивный
- Б) романтический
- В) деловой

**3. Как называется стиль для тех, кто ведет активный образ жизни?**

- А) спортивный; Б) романтический
- В) деловой

**4. При покупке одежды нужно знать:**

- А) свой размер
- Б) свое имя
- В) свой вес

**5. Если на вашей одежде протерся воротник, манжеты, нужно:**

- А) поставить декоративную заплатку
- Б) отдать знакомым
- В) отпороть старые, приготовить и пришить новые

**6. Где можно узнать о выведении пятен?**

- А) Спросить у знакомых
- Б) прочитать в книгах по домоводству
- В) попробовать вывести опытным путем

**7. Кто знакомит гостей друг с другом на праздничном вечере?**

- А) Хозяйева
- Б) один из гостей
- В) сами между собой

**8. Если гости принесут торт, обязательно ли им угощать, если у вас уже есть торт?**

- А) Да – это правило вежливости
- Б) необязательно
- В) лучше его приберечь для себя

**9. К сохранению фонда относится:**

- А) косметический ремонт (оклейка стен обоями, покраска)
- Б) влажная уборка
- В) смена жилья

**11. Выбери верную последовательность приготовления борща:**

- А) В кипячёную воду положить нарезанный картофель, капусту, варить 20 минут.

**10. Интерьер – это:**

- А) внешнее убранство дома
- Б) внутреннее убранство дома
- В) Внешнее и внутреннее убранство дома

**11. Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?**

- А) Менеджер
- Б) Дизайнер
- В) архитектор

**12. Как называется магазин, который закупает вещи у населения и торгует уцененным товаром?**

- А) продовольственный магазин
- Б) комиссионный магазин
- В) промтоварный магазин

**13. Как называется рынок, где продают продукты?**

- А) оптовый
- Б) продовольственный
- В) крытый

**14. Как называется рынок, где продают партии товаров?**

- А) оптовый
- Б) продовольственный
- В) крытый

**15. Торг, на который съезжаются для продажи или закупки товара, называется:**

- А) магазин
- Б) ярмарка
- В) не знаю

**16. На ярмарке потребительских услуг предоставлены экспонаты:**

- А) стоматология, туризм, химчистка
- Б) одежда, обувь, косметика
- В) станки, машины оборудование

**17. С учетом частоты проведения ярмарок, обычно рассматривают виды ярмарок:**

- А) периодические, ежегодные, сезонные
- Б) ежедневные, еженедельные, ежегодные
- В) ежедневные, сезонные, генеральные

исправность шнура.

В) Наденьте фартук, косынку.

Г) Включайте и выключайте приборы сухими руками.

Д) Рукава одежды закатайте. ,

Е) Подготовьте рабочее место.

2. Соотнеси правила кормления детей ясельного возраста с показаниями

Правила кормления	Показания
1 Почасовое распределение кормления	А Для улучшения пищеварения
2 Питание должно быть разнообразным	Б Желудок маленький, много еды вредно
3 Следует уважать вкусы и желания ребенка	В Шестиразовое кормление
4 Давать еду небольшими порциями	Г Пищу нельзя навязывать силой
5 Между кормлениями давать кусочки яблока, кипяченую воду, соки	Д Для полноценного развития ребенка

3. Выбери правильный ответ.

Отличается ли меню праздничного стола от обычного?

А) Да;

Б) нет;

В) не знаю.

4. Выбери правильный ответ.

Для праздничной сервировки стола нужна:

А) цветная скатерть;

Б) белая скатерть;

В) клеёнка.

5. Выбери правильный ответ.

При сервировке праздничного стола мелкие тарелки нужно ставить:

А) каждому гостю; |

Б) одну тарелку на пару гостей; |

В) стопкой в центре стола. |

6. Выбери правильный ответ.

Нож кладут от тарелки

А) слева

Б) справа

В) сверху

7. Выбери правильный ответ.

Нож кладут лезвием:

Б) Добавить тушёные овощи.

В) Нарезать соломкой морковь, лук, свёклу. |

Г) Снять с плиты, добавить зелень, сметану. |

Д) Нарезанные овощи потушить с томатной пастой.

А) ГАБДВ; Б)ВДГ АБ; В) ВДАБГ.

12. Выбери правильный ответ.

|Дрожжевое тесто — это:

А) тесто, приготовленное на основе дрожжей;

Б) тесто, приготовленное без дрожжей;

В) любое тесто.

13. Выбери правильный ответ.

Для приготовления блинов из дрожжевого теста нужны продукты:

А) мука, дрожжи, молоко, растительное масло, сахар, соль;

Б) мука, молоко, растительное масло, сахар, соль;

В) мука, дрожжи, сода, молоко.

14. Расставь цифровую последовательность приготовления красного соуса:

А) Поджарить до красного цвета муку на сухой сковороде.

Б) Сложить все продукты в кастрюлю и тушить 30 минут на слабом огне.

В) Овощи промыть, почистить, мелко нарезать и поджарить.

Г) Подавать к мясным блюдам.

15. Выбери правильный ответ.

Лечебное питание по рекомендации врача называется:

А) одноразовое;

Б) диетическое;

В) однообразное.

16. Выбери правильный ответ.

Одним из условий создания семьи является:

А) согласие мужчины;

Б) согласие женщины;

В) взаимное добровольное согласие мужчины и женщины.

17. Выбери правильный ответ.

Брачный возраст:

- А) от тарелки;
- Б) к тарелке;
- В) можно и так и так.

**8. Выбери правильный ответ.**

Солонку, перечницу ставят:

- А) в центре стола;
- Б) с правого края стола;
- В) с левого края стола.

**9. Выбери правильный ответ.**

Ложки и вилки кладут выпуклой стороной:

- А) вверх;
- Б) вниз;
- В) не знаю.

**10. Выбери правильный ответ.**

Какой суп относится к украинскому блюду?

- А) Щи;
- Б) рассольник;
- В) борщ.

- А) 14 лет;
- Б) 21 год;
- В) 18 лет.

**18. Выбери правильный ответ.**

Какой кодекс регулирует условия и порядок вступления в брак?

- А) Уголовный;
- Б) семейный; ^
- В) земельный.

**19. Выбери правильный ответ.**

Соглашение лиц, вступающих в брак, или супругов, определяющее их имущественные права и обязанности в браке и (или) в случае его расторжения, называется:

- А) трудовой договор;
- Б) расписка;
- В) брачный договор.

**20. Выбери правильный ответ.**

Для благополучных брачных отношений нужны следующие качества:

- А) сила воли, настойчивость;
- Б) доброжелательность, красноречие;
- В) критичность к себе, терпимость, доверие.

## Уровень II

**1. Выбери правильный ответ.**

Что относится к санитарно-гигиеническим требованиям?

- А) Мыть руки с мылом, надеть фартук и косынку;
- Б) перед включением электроприбора проверить исправность шнура;
- В) включать и выключать приборы сухими руками.

**2. Что относится к технике безопасности?**

- А) Наденьте фартук, косынку;
- Б) включайте и выключайте приборы сухими руками;
- В) рукава одежды закатайте.

**3. Отличается ли меню праздничного стола от обычного?**

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

**4. Для праздничной сервировки стола нужна:**

- А) цветная скатерть;
- Б) белая скатерть;
- В) клеёнка.

**5. При сервировке праздничного стола мелкие тарелки нужно ставить:**

**9. Какие продукты нужны для приготовления борща?**

- А) Капуста, свёкла, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар;
- Б) капуста, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар;
- В) свёкла, морковь, лук, картофель, томатная паста, сметана, соль, сахар.

**10. Дрожжевое тесто — это:**

- А) тесто, приготовленное на основе дрожжей;
- Б) тесто, приготовленное без дрожжей;
- В) любое тесто.

**11. Для приготовления блинов из дрожжевого теста нужны продукты:**

- А) мука, дрожжи, молоко, растительное масло, сахар, соль;
- Б) мука, молоко, растительное масло, сахар, соль;
- В) мука, дрожжи, сода, молоко.

**12. Лечебное питание по рекомендации врача называется:**

- А) одноразовое;
- Б) диетическое;
- В) однообразное.

**13. Одним из условий создания семьи является:**

- А) каждому гостю;
- Б) одну тарелку на пару гостей;
- В) стопкой в центре стола.

**6. Нож кладут от тарелки:**

- А) слева;
- Б) справа;
- В) сверху.

**7. Ложки и вилки кладут выпуклой стороной:**

- А) вверх;
- Б) вниз;
- В) не знаю.

**8. Какой суп относится к украинскому блюду?**

- А) Щи;
- Б) рассольник;
- В) борщ.

- А) согласие мужчины;
- Б) согласие женщины;
- В) взаимное добровольное согласие мужчины и женщины.

**14. Брачный возраст:**

- А) 14 лет; .
- Б) 21 год
- В) 18 лет.

**15. Какой кодекс регулирует условия и порядок вступления в брак?**

- А) Уголовный;
- Б) семейный;
- В) земельный.

**16. Для благополучных брачных отношений нужны следующие качества:**

- А) сила воли, настойчивость;
- Б) доброжелательность, красноречие,
- В) критичность к себе, терпимость, доверие.

**Тест №3**

**Уровень I**

**1. Какие обязанности по дому должен выполнять мужчина?**

---



---



---

**2. Какие обязанности должна выполнять женщина?**

---



---

**3. Выбери статьи расходов:**

- А) зарплата; И) выигрыш в лотерею;
- Б) питание; К) личные нужды;
- В) пенсии; Л) культурные потребности;
- Г) пособия; М) доход от хозяйства;
- Д) хозяйственно-бытовые нужды; Н) плата за телефон;
- Е) доход с огорода; П) плата за детский сад.
- Ж) плата за свет;

**4. Что относится к удовлетворению культурных потребностей?**

- А) Покупка художественной литературы; .
- Б) покупка нового платья;
- В) приобретение билетов в кино, театр;
- Г) приобретение билетов в музей;
- Д) покупка мороженого;
- Е) билет на трамвай;
- Ж) приобретение новой мебели.

**5. Выбери правильный ответ.**

**11. Соотнеси определения с понятиями**

Понятия	Определения
1 Гарантированность	А Возврат денег в срок
2 Платность	Б Предоставление поручителей
3 Срочность	В Уплата процентов
4 Возвратность	Г Проверка кредитоспособности, материального положения

**12. Выбери правильный ответ.**

Масса посылки может быть:

- А) 10 кг, иногда 20 кг;
- Б) 1 кг;.
- В) 25 кг.

**13. Выбери правильный ответ.**

В посылке нельзя пересылать:

- А) семена и книги;
- Б) мясо и рыбу;
- В) мёд и варенье.

**14. Выбери правильный ответ.**

Сумма денежного перевода:

- А) 100 рублей;
- Б) 1000 рублей;
- В) любая.

**15. Выбери правильный ответ.**

Бережливость при расходовании чего-нибудь называется:

- А) сбережение;
- Б) экономия;
- В) заработная плата.

**6. Выбери правильный ответ.**

Как называется накопленная сумма денег?

- А) Бюджет;
- Б) сбережение;
- В) расходы.

**7. Выбери правильный ответ.**

Вклад, который можно снять со счёта в любое время с начислением процентов, называется:

- А) срочный;
- Б) бессрочный;
- В) не знаю.

**8. Выбери правильный ответ..**

Страховой договор - это:

- А) плата за страхование;
- Б) соглашение между страхователем и страховщиком;
- В) страховая компания.

**9. Выбери правильный ответ.**

Страхователь — это человек, который:

- А) работает в страховой компании;
- Б) решил застраховаться;
- В) не знаю.

**10. Выбери правильный ответ.**

Предоставление банком денег в долг - это:

- А) вклад;
- Б) срочный вклад;
- В) кредит.

Деньги можно отправить:

- А) в конверте;
- Б) в посылке;
- В) денежным переводом.

**16. Выбери правильный ответ.**

Сумма перевода пишется:

- А) цифрами;
- Б) прописью;
- В) всё равно как.

**17. Выбери правильный ответ.**

Как называется заражение организма болезнетворными микробами?

- А) Дезинфекция;
- Б) инфекция;
- В) не знаю.

**18. Соотнеси название заболевания со способами распространения**

Название заболевания	Способ распространения
1 Инфекции дыхательных путей	А Через продукты питания
2 Кишечные инфекции (дизентерия, брюшной тиф)	Б Воздушно-капельный путь
3 Кровяные инфекции (Клещевой энцефалит, малярия)	В Контактный путь
4 Инфекции наружных покровов	Г Через укусы кровососущих насекомых

**19. Выбери правильный ответ.**

Нормальная температура человеческого тела составляет:

- А) 36,4 °С ;
- Б) 36,9 °С;
- В) 36,6 °С.

**20. Выбери правильный ответ.**

**Листок нетрудоспособности для работающего человека — это:**

- А) справка;
- Б) заявление;
- В) больничный лист.

**21. Выбери верные утверждения.**

**Листок нетрудоспособности выдают:**

- А) по болезни;
- Б) по нежеланию идти на работу;
- В) по уходу за ребёнком до 14 лет;
- Г) по беременности и родам;
- Д) по уходу за пожилым человеком после 80 лет;
- Е) по уходу за инвалидом 1-й группы;
- Ж) при травме, полученной на рабочем месте, в том числе по дороге на работу и домой;
- И) когда захочешь отдохнуть от работы.

Выбери правильный ответ.

## Уровень II

11. Может ли работник по личной

1 Листок нетрудоспособности для работающего человека — это:

- А) справка;
- Б) заявление;
- В) больничный лист.

2. Выбери верные утверждения.

Листок нетрудоспособности выдают:

- А) по болезни;
- Б) по нежеланию идти на работу;
- В) по уходу за ребёнком до 14 лет;
- Г) по беременности и родам;
- Д) по уходу за пожилым человеком после 80 лет;
- Е) по уходу за инвалидом 1-й группы; °
- Ж) при травме, полученной на рабочем месте, в том числе по дороге на работу и домой;
- И) когда захочешь отдохнуть от работы.

3. Продолжительность рабочей недели для несовершеннолетних является:

- А) сокращённой;
- Б) обычной;
- В) увеличенной.

4. Работодатель обязан обеспечить:

- А) безопасность работников при эксплуатации зданий;
- Б) недопущение работников к работе без маникюра;
- В) хорошую погоду.

5. Работник обязан:

- А) носить короткую стрижку;
- Б) отказаться от применения средств индивидуальной защиты;
- В) соблюдать требования охраны труда.

6. Могут ли работать учащиеся школ с 14 лет?

- А) Да, в ночное время;
- Б) нет;
- В) да, с согласия родителей (опекунов).

7. Трудоустройство несовершеннолетних не допускается:

- А) на труд в ночное время;
- Б) на труд на открытом воздухе;
- В) на низкооплачиваемый труд.

8. Трудовой договор — это: .

- А) соглашение между работодателем и представителем работника;
- Б) соглашение между работником и представителем работодателя;
- В) соглашение между работодателем и

инициативе расторгнуть трудовой договор?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

12. Должна ли указываться должность, на которую принимается работник в трудовом договоре?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

13. Должен ли указываться вид и срок договора?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

14. Должны ли в трудовом договоре указываться размер и срок выплаты заработной платы?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

15. Время (продолжительность) трудовой и иной общественно полезной деятельности работника — это:

- А) льготный стаж;
- Б) вредный стаж;
- В) трудовой стаж.

16. Основным документом о трудовой деятельности и трудовом стаже является:

- А) трудовой договор; .
- Б) личное дело;
- В) трудовая книжка.

17. При трудоустройстве надо предъявить:

- А) паспорт, военный билет, документ об образовании;
- Б) квитанцию о квартирной плате, сберегательную книжку;

18. Официальное обращение гражданина (нескольких лиц) в государственный орган или орган местного самоуправления, администрацию учреждения, организации или к должностному лицу, направленное на

работником.

9. Заключение трудового договора допускается с лицами, достигшими возраста:

- А) 10 лет;
- Б) 12 лет;
- В) 16 лет.

10. Трудовые договоры могут заключаться:

- А) на неопределённый и определённый срок;
- Б) только на неопределённый срок;
- В) только на определённый срок.

реализацию прав и интересов заявителя или на устранение тех или иных недостатков в деятельности предприятий, учреждений, организаций называется: —

- А) расписка;
- Б) доверенность;
- В) заявление.

19. Документ, скрепленный подписью лица и удостоверяющий в письменной форме, что это лицо получило от другого лица деньги, вещи, материальные ценности и обязуется их вернуть, называется:

- А) расписка,
- Б) доверенность; |
- В) заявление.

20. Письменно оформленное уполномочие, выдаваемое одним лицом

(доверителем) другому лицу (доверенному, представителю) для представительства перед третьими лицами, называется:

- А) расписка;
- Б) доверенность,
- В) заявление.

#### Тест №4

##### Уровень 1

1. Выбери правильный ответ.

К предприятиям бытового обслуживания относятся:

- А) больница, школа, прокат;
- Б) парикмахерская, ателье, химчистка;
- В) парикмахерская, милиция, сырзавод.

2. Выбери правильный ответ.

Ремонт обуви выполняют:

- А) в химчистке;
- Б) в прокате;
- В) в ателье по пошиву и ремонту обуви.

3. Выбери правильный ответ.

Продолжительность рабочей недели для несовершеннолетних является:

- А) сокращённой;
- Б) обычной;
- В) увеличенной.

4. Соотнеси понятия с определениями

Понятие	Определение
1 Охрана труда	А Условия труда, при которых действие на работающих

12. Выбери правильный ответ.

Может ли работник по личной инициативе расторгнуть трудовой договор?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

13. Выбери правильный ответ.

Должна ли указываться должность, на которую принимается работник в трудовом договоре?

- А) Да; Б) нет;
- В) не знаю.

14. Выбери правильный ответ.

Должен ли указываться вид и срок договора?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

15. Выбери правильный ответ.

Должны ли в трудовом договоре указываться особенности режима рабочего времени?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

- 2 Условия труда      Б      вредны и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов Система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, организационно-технологические, санитарно-гигиенические и другие мероприятия
- 3 Безопасные условия труда      В      Совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность
5. Выбери верные утверждения.  
Работодатель обязан обеспечить:  
А) безопасность работников при эксплуатации зданий;  
Б) режим труда и отдыха;  
В) хорошую погоду;  
Г) средствами индивидуальной защиты,  
Д) недопущение работников к работе без медицинского осмотра;  
Е) недопущение работников к работе без маникюра,  
Ж) обучение безопасным методам и приемам выполнения работ;  
И) проведение инструктажа.
16. Выбери правильный ответ.  
Должны ли в трудовом договоре указываться размер и срок выплаты заработной платы?  
А) Да;  
Б) нет;  
В) не знаю.
17. Выбери правильный ответ.  
Время (продолжительность) трудовой и иной общественно полезной деятельности работника - это:  
А) льготный стаж;  
Б) вредный стаж;  
В) трудовой стаж.
18. Выбери правильный ответ.  
Основным документом о трудовой деятельности и трудовом стаже является:  
А) трудовой договор;  
Б) личное дело;  
В) трудовая книжка.
19. При трудоустройстве надо предъявить:  
А) паспорт;  
Б) квитанцию о квартирной плате; .  
В) военный билет;  
Г) записную книжку;  
Д) документ об образовании.
20. Соотнеси понятие с определением.  
Понятие      Определение  
1 Расписка      А Официальное обращение гражданина (нескольких лиц) в государственный орган Или орган местного самоуправления, администрацию учреждения, организации или к должностному лицу, направленное на реализацию прав и интересов

6. Выбери верные утверждения.

Работник обязан:

- А) соблюдать требования охраны труда;
- Б) правильно применить средства индивидуальной защиты,
- В) проходить обучение безопасным методам и приёмам выполнения работ;
- Г) носить короткую стрижку;
- Д) извещать руководителя о любой2 Доверенность ситуации, угрожающей жизни и здоровью;
- Е) проходить медицинские осмотры.

7. Выбери правильный ответ.

Могут ли работать учащиеся школ с 14 лет?

- А) Да, в ночное время,
- Б) нет;
- В) да, с согласия родителей (опекунов).

8. Выбери правильный ответ. |

Трудоустройство несовершеннолетних не допускается:

- А) на труд в ночное время;
- Б) на труд на открытом воздухе, .
- В) на низкооплачиваемый труд.

9. Выбери правильный ответ.

Трудовой договор — это:

- А) соглашение между работодателем и представителем работника;
- Б) соглашение между работником и представителем работодателя;
- В) соглашение между работодателем и работником.

10. Выбери правильный ответ.

Заключение трудового договора допускается с лицами, достигшими возраста:

- А) 10 лет;
- Б) 12 лет;
- В) 16 лет.

11. Выбери правильный ответ.

Трудовые договоры могут заключаться:

- А) на неопределённый и определённый срок;
- Б) только на неопределённый срок;
- В) только на определённый срок.

заявителя или на устранение тех или иных недостатков в деятельности предприятий, учреждений, организаций

Б Документ, скрепленный подписью лица и удостоверяющий письменной форме, что это лицо получило от другого лица деньги, вещи, материальные ценности и обязуется их вернуть

Письменно оформленное полномочие, выдаваемое одним лицом (доверителем) другом

В Письменно оформленное полномочие, выдаваемое одним лицом (доверителем) другому лицу (доверенному, представителю) для представительства перед третьими лицами

## Уровень 2

Выбери правильный ответ.

1. К предприятиям бытового обслуживания относятся:

- А) больница, школа, прокат;
- Б) парикмахерская, ателье, химчистка;
- В) парикмахерская, милиция, сырзавод.

2. Ремонт обуви выполняют:

11. Может ли работник по личной инициативе расторгнуть трудовой договор?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

12. Должна ли указываться должность, на

- А) в химчистке;
- Б) в прокате;
- В) в ателье по пошиву и ремонту обуви.

3. Продолжительность рабочей недели для несовершеннолетних является:

- А) сокращённой;
- Б) обычной;
- В) увеличенной.

4. Работодатель обязан обеспечить:

- А) безопасность работников при эксплуатации зданий;
- Б) недопущение работников к работе без маникюра;
- В) хорошую погоду.

5. Работник обязан:

- А) носить короткую стрижку;
- Б) отказаться от применения средств индивидуальной защиты;
- В) соблюдать требования охраны труда.

6. Могут ли работать учащиеся школ с 14 лет?

- А) Да, в ночное время;
- Б) нет;
- В) да, с согласия родителей (опекунов).

7. Трудоустройство несовершеннолетних не допускается:

- А) на труд в ночное время;
- Б) на труд на открытом воздухе;
- В) на низкооплачиваемый труд.

8. Трудовой договор — это: .

- А) соглашение между работодателем и представителем работника;
- Б) соглашение между работником и представителем работодателя;
- В) соглашение между работодателем и работником.

9. Заключение трудового договора допускается с лицами, достигшими возраста:

- А) 10 лет;
- Б) 12 лет;

которую принимается работник в трудовом договоре?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

13. Должен ли указываться вид и срок договора?

- А) Нет;
- Б) да;
- В) не знаю.

14. Должны ли в трудовом договоре указываться размер и срок выплаты заработной платы?

- А) Да;
- Б) нет;
- В) не знаю.

15. Время (продолжительность) трудовой и иной общественно полезной деятельности работника — это:

- А) льготный стаж;
- Б) вредный стаж;
- В) трудовой стаж.

16. Основным документом о трудовой деятельности и трудовом стаже является:

- А) трудовой договор; .
- Б) личное дело;
- В) трудовая книжка.

17. При трудоустройстве надо предъявить:

- А) паспорт, военный билет, документ об образовании;
- Б) квитанцию о квартирной плате, сберегательную книжку;

18. Официальное обращение гражданина (нескольких лиц) в государственный орган или орган местного самоуправления, администрацию учреждения, организации или к должностному лицу, направленное на реализацию прав и интересов заявителя или на устранение тех или иных недостатков в деятельности предприятий, учреждений, организаций называется: —

- А) расписка;
- Б) доверенность;
- В) заявление.

19. Документ, скрепленный подписью лица и удостоверяющий в письменной форме, что это лицо получило от другого лица деньги, вещи, материальные ценности и обязуется их вернуть, называется:

В) 16 лет.

- А) расписка,
- Б) доверенность; |
- В) заявление.

10. Трудовые договоры могут заключаться:

- А) на неопределённый и определённый срок;
- Б) только на неопределённый срок;
- В) только на определённый срок.

20. Письменно оформленное уполномочие, выдаваемое одним лицом (доверителем) другому лицу (доверенному, представителю) для представительства перед третьими лицами, называется:

- А) расписка;
- Б) доверенность,
- В) заявление.

### Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа за год

1. Что относится к здоровому образу жизни?

- а) курение;
- б) закаливание организма;
- в) алкоголизм;
- г) наркомания.

2. Можно ли курить в присутствии женщины?

- а) нельзя курить;
- б) можно курить по своему желанию;
- в) можно закурить с разрешения женщины;
- г) можно.

3. Что относится к основным статьям расхода?

- а) коммунальные услуги;
- б) оплата проезда;
- в) ремонт одежды, обуви;
- г) расходы на крупные покупки.

4. В чем смысл сбережений?

- а) деньги просто хранятся;
- б) накапливаются средства для крупной покупки;
- в) деньги можно будет потратить в один день;
- г) чувствуешь себя уверенно.

5. Как называется индивидуальность человека, которая проявляется во всех сферах его жизни: поведении, внешности, одежде, общении

- а) стиль;
- б) мода;
- в) образ;
- г) дизайн.

6. Что обязательно надо знать при покупке одежды и обуви для себя?

- а) свой возраст;
- б) свой размер;
- в) свой вес;
- г) свой стиль.

7. Какой стиль считается универсальным?

- а) фольклорный;
- б) романтический;
- в) классический;
- г) унисекс.

8. Как определить свой размер одежды?

- а) в магазине перемерять много вещей, а у той, которая подойдет, посмотреть размер.
- б) снять мерки
- в) узнать у мамы.

**9. Чем можно вывести пятно от масляной краски с одежды?**

- а) простой водой;
- б) горячей водой;
- в) кусочком льда;
- г) ватой, смоченной бензином или керосином.

**10. Интерьер – это:**

- а) внешнее убранство дома,
- б) внутреннее убранство дома;
- в) внешнее и внутреннее убранство дома.

**11. Как называется человек, занимающийся оформлением интерьеров?**

- а) менеджер,
- б) дизайнер,
- в) архитектор.

**12. Выбери службы вокзала:**

- |                               |                              |
|-------------------------------|------------------------------|
| а) касса;                     | з) зал ожидания;             |
| б) пункт обмена валют;        | к) зал приема гостей;        |
| в) расписание;                | л) милиция;                  |
| г) таможенный контроль;       | м) служба газа;              |
| д) стоматологический кабинет; | п) комната матери и ребенка; |
| е) справочная служба;         | р) медпункт;                 |
| ж) камера хранения;           | с) туалет.                   |

**13. Как называется рынок, где продают продукты?**

- а) оптовый;
- б) продовольственный;
- в) крытый.

**14. Дрожжевое тесто – это:**

- а) тесто, приготовленное на основе дрожжей;
- б) тесто, приготовленное без дрожжей;
- в) любое тесто.

**15. Выберите диетические блюда**

- а) молочный суп;
- б) жареное мясо;
- в) котлеты паровые;
- г) вареное куриное мясо.

Напишите своё блюдо \_\_\_\_\_ .

**16. Лечебное питание по рекомендации врача называется:**

- а) разнообразное;
- б) диетическое;
- в) одноразовое.

**17. Какой кодекс регулирует условия и порядок вступления в брак?**

- а) уголовный;
- б) семейный;
- в) трудовой;
- г) земельный.

**18. Брачный возраст с:**

- а) 14 лет;
- б) 21 год;
- в) 18 лет.



ж) расчёску.

**28. Подчеркни предприятия бытового обслуживания.**

- а) прокат
- б) ателье по пошиву одежды
- в) мастерская по ремонту обуви
- г) библиотека
- д) почта
- е) парикмахерская
- ж) химчистка

**29. Выбери  
правильные  
утверждения.**

**Родители**

**должны:**

- а) обеспечить детей жильем;
- б) следить за здоровьем детей;
- в) отпускать гулять в любое время;
- г) контролировать учебные занятия;
- д) знать друзей своих детей;
- е) употреблять алкогольные напитки.;
- ж) приучать детей трудиться;
- з) не работать.

