

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Оренбургской области
Администрация муниципального образования город Новотроицк
МОАУ "СОШ № 3"

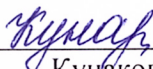
РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО



Куринова О.А.

Протокол №1
от «29» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УР



Кунаикова Р.М.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы



Утямишева Л.Р.

Приказ №14
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы социальной жизни»

для обучающихся 10 класса

8 вид (с легкой умственной отсталостью)

г.Новотроицк 2024г.

яснительная записка.

Рабочая программа предмета «Основы социальной жизни» составлена на основе Федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» имеет своей **целью** практическую подготовку обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме. Продолжение изучения курса в 10-11 классах нацелено на повторение и закрепление основ учебного предмета и дальнейшее развитие и совершенствование социальных (жизненных) компетенций; навыков самостоятельной, независимой жизни.

Задачи:

- 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 основ финансовой грамотности;
- 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.

В 10,11 классах идёт закрепление и повторение всех изученных тем и разделов программы Основы социальной жизни обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Это позволяет, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, использовать опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано повторять и закреплять у обучающихся с нарушением интеллекта необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, умения пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. В процессе обучения учащимися усваиваются морально-этические нормы поведения, навыки общения с людьми. Для прочного закрепления знаний и умений постоянно осуществляется повторение пройденного. Повторение учебного материала по изучаемой теме или ранее пройденного материала является элементом каждого занятия.

Распределение времени на прохождение программного материала и порядок изучения тем определены с учетом возможностей детей и в зависимости от местных условий. При составлении тематического планирования учтены время года и условия организации учебно-воспитательного процесса в школе.

На занятиях отводится время для повторения и закрепления правил техники безопасности, формирования умения пользоваться

нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами, приспособлениями, колющими и режущими инструментами, а также развиваются навыки обращения со стеклянной посудой, кипятком и т.д. Постоянно ведется работа по приучению обучающихся к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

Основными методами и формами обучения являются практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры, беседы; широко используются наглядные средства обучения, ИКТ (слайд-программы, презентации).

Общая продолжительность 2023-2024 учебного года составит 365 дней, из которых 170 дней являются учебными, а 196 дней праздничными, выходными и каникулярными. Праздничные выходные дни: 06.11.2023, 23.02.2024, 08.03.2024, 29.04.2024, 30.04.2024, 01.05.2024, 09.05.2024, 10.05.2024

Согласно учебному плану на предмет Основы социальной жизни выделено: в 10- а классе – 2 часа в неделю, в год 68 часов, в 11- а классе – 2 часа в неделю, в год 68 часов.

В случае карантина, активированных дней и других непредвиденных обстоятельств реализация образовательной программы может быть организована с применением дистанционных образовательных технологий на основании приказа образовательной организации.

Тематический план предмета «Основы социальной жизни», 10 -11 классы

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	
		10 класс	11 класс
1.	Повторение	1	1
2.	Личная гигиена и здоровье	3	3
3.	Одежда	16	16
4.	Питание	22	22
5.	Семья	4	6
6.	Жилище	8	8
7.	Транспорт	4	2
8.	Средства связи	4	3
9.	Предприятия, организации, учреждения	2	4
10.	Охрана здоровья	3	2
11.	Итоговое занятие	1	1
	Итого:	68	68

Содержание учебного предмета «Основы социальной жизни», 10-11 классы

№	Наимен-е раздела	Краткая характеристика содержания раздела	
		10 класс	11 класс
1.	Повторение	Повторение пройденного материала за предыдущий учебный год	Повторение пройденного материала за предыдущий учебный год
2.	Личная гигиена и	<i>Здоровый образ жизни — требование современного общества.</i>	<i>Значение здоровья в жизни и деятельности человека. Здоровое и рациональное (сбалансированное) питание и его роль в</i>

	здоровье	<p><i>Здоровье и красота.</i> Средства по уходу за кожей лица для девушек и юношей. Значение косметики для девушек и юношей. Правила и приемы ухода за кожей лица.</p> <p>Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).</p>	<p>укреплении здоровья. Значение физических упражнений в режиме дня. Соблюдение личной гигиены юношей и девушек при занятиях физическими упражнениями.</p> <p>Негативное воздействие вредных веществ на здоровье человека, последующие поколения.</p> <p><i>Здоровье и красота.</i> Гигиенические правила для девушек. Средства личной гигиены для девушек (виды, правила пользования). Гигиенические правила для юношей.</p>
3.	Одежда	<p><i>Одежда.</i> Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.</p> <p><i>Уход за одеждой.</i> Виды 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. Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром. Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за хлопчатобумажной одеждой.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант.</p> <p><i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.</p> <p><i>Обувь.</i> Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером. Соотношение</p>	<p><i>Одежда.</i> Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть, синтетика, лен, шелк, и пр.). Преимущества и недостатки разных видов тканей.</p> <p><i>Уход за одеждой.</i> Виды 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. Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром. Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов. Уход за шерстяными и трикотажными изделиями. Уход за верхней одеждой из водоотталкивающей ткани, кожи, мехового велюра (дубленки), меха (искусственного и натурального). Виды пятновыводителей. Правила выведение мелких пятен в домашних условиях. Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при пользовании средствами для выведения пятен.</p> <p><i>Предприятия бытового обслуживания.</i> Ателье мелкого ремонта одежды: оказываемые услуги, прейскурант. Ателье индивидуального пошива одежды.</p> <p><i>Выбор и покупка одежды.</i> Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.</p> <p><i>Стиль одежды.</i> Определение собственного размера</p>

		<p>размеров обуви в стандартах разных стран. Факторы, влияющие на выбор обуви: удобство (практичность) и эстетичность. Правила подбора обуви к одежде. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.</p> <p>Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.</p> <p><i>Уход за обувью.</i> Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.</p> <p>Ремонт обуви в специализированных мастерских.</p>	<p>одежды. Профессии людей, создающих одежду: художники-дизайнеры (модельеры); раскройщики, портные. «Высокая» мода и мода для всех. Современные направления моды. Журналы мод. Составление комплектов из одежды (элементарные правила дизайна одежды). Аксессуары (декор) одежды: шарфы, платки, ремни и т.д.</p> <p><i>История возникновения одежды.</i> Одежда разных эпох. Изменения в одежде в разные исторические периоды.</p> <p><i>Национальная одежда.</i></p> <p><i>Обувь.</i> Выбор и покупка обуви в соответствии с ее назначением и размером. Соотношение размеров обуви в стандартах разных стран. Факторы, влияющие на выбор обуви: удобство (практичность) и эстетичность. Правила подбора обуви к одежде. Значение правильного выбора обуви для здоровья человека.</p> <p>Порядок приобретения обуви в магазине: выбор, примерка, оплата. Гарантийный срок службы обуви; хранение чека или его копии.</p> <p><i>Национальная обувь.</i></p> <p><i>Уход за обувью.</i> Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.</p> <p>Ремонт обуви в специализированных мастерских.</p> <p><i>История появления обуви.</i> Обувь в разные исторические времена.</p>
4.	Питание	<p><i>Организация питания семьи.</i> Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.</p> <p><i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.</p> <p><i>Завтрак.</i> Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты</p>	<p><i>Организация питания семьи.</i> Организация правильного питания. Режим питания. Рацион питания.</p> <p><i>Магазины по продаже продуктов питания.</i> 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.</p>

	<p>для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канапе. Приготовление бутербродов.</p> <p>Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления. Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц. Напитки для завтрака. Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.</p> <p><i>Обед.</i> Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.</p> <p>Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.</p> <p>Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет продуктов для обеда.</p> <p><i>Ужин.</i> Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для</p>	<p><i>Рынки.</i> Виды продовольственных рынков: крытые и закрытые, постоянно действующие и сезонные. Основное отличие рынка от магазина.</p> <p><i>Завтрак.</i> Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Молочные продукты для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канапе. Приготовление бутербродов.</p> <p>Горячий завтрак. Каши. Виды круп. Хранение круп. Молочные каши: виды, составление рецептов, отбор необходимых продуктов. Приготовление молочных каш. Каши, приготовленные на воде. Каши быстрого приготовления.</p> <p>Блюда из яиц: яичница-глазунья, омлеты (омлеты простые и с добавками). Приготовление блюд из яиц.</p> <p>Напитки для завтрака.</p> <p>Составление меню для завтрака. Отбор необходимых продуктов для приготовления завтрака. Стоимость и расчет продуктов для завтрака. Посуда для завтрака. Сервировка стола. Приготовление блюд для завтрака.</p> <p><i>Обед.</i> Овощные салаты: виды, первичная обработка овощей, способы приготовления. Составление рецептов овощных салатов и их приготовление. Салаты с рыбой; мясом (мясопродуктами): составление рецептов, отбор продуктов, приготовление. Заправки для салатов. Украшение салатов.</p> <p>Супы. Прозрачные супы. Приготовление бульона (мясного, рыбного). Заправки для супов. Составление рецептов и приготовление супов. Суп-пюре.</p> <p>Мясные блюда (виды, способы приготовления). Приготовление котлет из готового фарша. Жарка мяса.</p> <p>Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Рыба отварная. Рыба жареная.</p> <p>Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий.</p> <p>Фруктовые напитки: соки, нектары.</p> <p>Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Стоимость и расчет</p>
--	--	---

		<p>горячего ужина.</p> <p><i>Изделия из теста.</i> Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление оладий и блинов изделий из недрожжевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.</p> <p><i>Домашние заготовки.</i> Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование продуктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.</p> <p><i>Виды питания.</i> Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.</p> <p><i>Праздничный стол.</i> Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.</p> <p>Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.</p>	<p>продуктов для обеда.</p> <p><i>Ужин.</i> Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина. Отбор продуктов для холодного ужина. Стоимость и расчет продуктов для холодного ужина. Составление меню для горячего ужина. Отбор продуктов для горячего ужина. Стоимость и расчет продуктов для горячего ужина.</p> <p><i>Изделия из теста.</i> Виды теста: дрожжевое, слоеное, песочное. Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. Составление и запись рецептов изделий из теста. Приготовление оладий и блинов изделий из недрожжевого и дрожжевого теста. Приготовление печенья.</p> <p><i>Домашние заготовки.</i> Виды домашних заготовок: варка, сушка, соление, маринование. Глубокая заморозка овощей и фруктов. Консервирование продуктов. Меры предосторожности при употреблении консервированных продуктов. Правила первой помощи при отравлении. Варенье из ягод и фруктов.</p> <p><i>Виды питания.</i> Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление национальных блюд.</p> <p><i>Праздничный стол.</i> Сервировка праздничного стола. Столовое белье для праздничного стола: салфетки (льняные, хлопчатобумажные), скатерти.</p> <p>Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени.</p> <p>Этикет праздничного застолья.</p> <p><i>Блюда национальной кухни.</i></p>
5.	Семья	<p><i>Семейный досуг.</i> Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки, посещения музеев, театров и т. д.</p> <p>Досуг как средство укрепления здоровья: туристические походы; посещение спортивных секций и др.</p> <p>Досуг как развитие постоянного интереса к какому либо виду деятельности (хобби): коллекционирование чего-либо, фотография и т. д.</p>	<p><i>Экономика домашнего хозяйства.</i> 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. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки.</p> <p><i>Будущая семья.</i> Закон о семье и браке. Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения</p>

		<p><i>Отдых.</i> 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.</p>	<p>домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.</p> <p>Ответственность родителей за будущее ребенка. Социальное сиротство. Государственные проблемы, связанные с сиротством. Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Беременность, роды. Семейный уклад с появлением новорожденного в семье, распределение обязанностей. Грудной ребенок в семье: уход, питание новорожденного, детский гардероб, необходимое оборудование и приспособления. Развитие ребенка раннего возраста.</p>
6.	Жилище.	<p><i>Общее представление о доме.</i> Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.</p> <p><i>Планировка жилища.</i> Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.</p> <p><i>Кухня.</i> Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p> <p><i>Кухонная утварь.</i> Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены. Столовые приборы: назначение, правила ухода. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.</p>	<p><i>Общее представление о доме.</i> Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Компании, осуществляющие управление многоквартирными домами. Виды услуг, предоставляемых управляющими компаниями в многоквартирных домах. Виды коммунальных услуг, оказываемых в сельской местности.</p> <p><i>Планировка жилища.</i> Виды и назначение жилых комнат и нежилых помещений.</p> <p><i>Кухня.</i> Нагревательные приборы и правила техники безопасности их использования. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности.</p> <p><i>Кухонная утварь.</i> Виды кухонной посуды в зависимости от функционального назначения. Материалы для изготовления различных видов кухонной утвари; их свойства. Правила ухода за кухонной посудой в зависимости от материала, из которого они изготовлены. Столовые приборы: назначение, правила ухода. Санитарные нормы и правила содержания и ухода за кухонной утварью.</p> <p><i>Национальные виды кухонной посуды.</i></p> <p><i>История возникновения и развития кухонной утвари.</i></p> <p><i>Кухонное белье:</i> виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение.</p>

	<p><i>Национальные виды кухонной посуды.</i> <i>История возникновения и развития кухонной утвари.</i> <i>Кухонное белье:</i> виды (полотенца, скатерти, салфетки, прихватки, фартуки, передники), материалы, назначение. Практическое и эстетическое назначение кухонного белья. <i>Кухонная мебель.</i> Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание. <i>Ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате:</i> 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. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режимы стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты, характеристика машины, цены). <i>Мебель в жилых помещениях.</i> Виды мебели в зависимости от ее назначения. Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.). Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат. Магазины по продаже различных видов мебели. Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления,</p>	<p>Практическое и эстетическое назначение кухонного белья. <i>Кухонная мебель.</i> Виды кухонной мебели. Правила ухода и содержание. <i>Ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате:</i> 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. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режимы стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты, характеристика машины, цены). <i>Мебель в жилых помещениях.</i> Виды мебели в зависимости от ее назначения. Размещение мебели в помещении с учетом от конкретных условий: размера и особых характеристик жилого помещения (освещенности, формы и т.д.). Составление элементарных дизайн-проектов жилых комнат. Магазины по продаже различных видов мебели. Выбор мебели с учетом конкретных условий (размера помещения, внешнего оформления, соотношения цены и качества). <i>Интерьер.</i> Качества интерьера: функциональность, гигиеничность, эстетичность. Рациональная расстановка мебели в помещении в зависимости от функционального назначения комнаты, площади, наличия мебели. Композиция интерьера: расположение и соотношение составных частей интерьера: мебели, светильников, бытового оборудования, функциональных зон. Соблюдение требований к подбору занавесей, светильников и других деталей декора. <i>Уход за жилищем.</i> Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная</p>
--	--	--

	<p>соотношения цены и качества).</p> <p><i>Уход за жилищем.</i> Сухая уборка: назначение, инвентарь, электробытовые приборы, средства бытовой химии. Влажная уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.</p> <p><i>Ремонтные работы в доме.</i> Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Виды обоев: бумажные, флизелиновые; виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида; самостоятельное изготовление клейстера. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения. Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения и т. д.). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев. Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.</p>	<p>уборка: назначение, инвентарь, моющие и чистящие средства, электробытовые приборы для влажной уборки помещений. Правила техники безопасности использования электробытовых приборов. Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств.</p> <p><i>Ремонтные работы в доме.</i> Виды ремонта: косметический, текущий. Ремонт стен. Материалы для ремонта стен. Виды обоев: бумажные, флизелиновые; виниловые (основные отличия по качеству и цене). Выбор клея для обоев в зависимости от их вида; самостоятельное изготовление клейстера. Расчет необходимого количества обоев в зависимости от площади помещения. Выбор цветовой гаммы обоев в зависимости от назначения помещения и его особенностей (естественная освещенность помещения, размеры помещения и т. д.). Самостоятельная оклейка стен обоями: подготовка обоев, правила наклеивания обоев. Обновление потолков: виды ремонта (покраска, побелка), основные правила и практические приемы. Расчет стоимости ремонта потолка в зависимости от его площади и вида.</p>
7.	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p> <p><i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость</p>	<p><i>Городской транспорт.</i> Виды городского транспорта. Виды оплаты проезда на всех видах городского транспорта. Правила поведения в городском транспорте.</p> <p><i>Пригородный транспорт.</i> Виды: автобусы пригородного сообщения, электрички. Стоимость проезда. Расписание.</p> <p><i>Междугородний железнодорожный транспорт.</i> Вокзалы:</p>

		<p>проезда. Расписание. <i>Междугородний железнодорожный транспорт.</i> Вокзалы: назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты. <i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. <i>Водный транспорт.</i> Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты. <i>Авиационный транспорт.</i> Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда.</p>	<p>назначение, основные службы. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Примерная стоимость проезда в вагонах разной комфортности. Формы приобретения билетов. Электронные билеты. <i>Междугородний автотранспорт.</i> Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. <i>Водный транспорт.</i> Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы. Основные маршруты. <i>Авиационный транспорт.</i> Аэропорты, аэровокзалы. Порядок приобретения билетов. Электронные билеты. Стоимость проезда.</p>
8.	Средства связи	<p><i>Почта.</i> Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления. <i>Телефонная связь.</i> Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь). Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы. <i>Интернет-связь.</i> Электронная почта и ее преимущества. Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной</p>	<p><i>Почта.</i> Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления. <i>Телефонная связь.</i> Беспроводные средства персональной связи (мобильные телефоны сотовой связи, пейджеры и беспроводные стационарные радиотелефоны, спутниковая связь). Значение сотовой (мобильной) связи в жизни современного человека. Правила оплаты различных видов телефонной связи (проводной и беспроводной). Сотовые компании, тарифы. <i>Интернет-связь.</i> Электронная почта и ее преимущества. Видео-связь (скайп). Видео-конференции. Особенности, значение в современной жизни. <i>Денежные переводы.</i> Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость</p>

		<p>жизни.</p> <p><i>Денежные переводы.</i> Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость отправления денежного перевода.</p>	отправления денежного перевода.
9.	Предприятия, организации, учреждения	<p><i>Образовательные учреждения.</i> Дошкольные образовательные учреждения. Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы. Посещение образовательных организаций дополнительного образования.</p> <p><i>Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия.</i> Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.</p> <p><i>Организации.</i> Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.</p> <p><i>Исполнительные органы государственной власти</i> (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.</p>	<p><i>Трудоустройство.</i> Деловые бумаги, необходимые для приема на работу (резюме, заявление). Заполнение деловых бумаг, необходимых для приема на работу. Самостоятельное трудоустройство (по объявлению, рекомендации, через систему Интернет). Риски самостоятельного трудоустройства. Государственная служба занятости населения: назначение, функции. Правила постановки на учет.</p> <p><i>Исполнительные органы государственной власти</i> (города, района). Муниципальные власти. Структура, назначение.</p>
10.	Охрана здоровья	<p><i>Виды медицинских учреждений:</i> поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.</p> <p><i>Виды страховой медицинской помощи:</i> обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках</p>	<p><i>Виды медицинских учреждений:</i> поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов.</p> <p><i>Виды страховой медицинской помощи:</i> обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.</p> <p><i>Документы, подтверждающие нетрудоспособность:</i></p>

		дополнительного медицинского страхования. <i>Документы, подтверждающие нетрудоспособность:</i> справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.	справка и листок нетрудоспособности. Особенности оплаты по листку временной нетрудоспособности страховыми компаниями.
11.	Итоговое занятие	Итоговая контрольная работа	Итоговая контрольная работа

Требования к уровню подготовки учащихся, 10-11 класс

10 класс		11 класс	
Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь	Обучающиеся должны знать	Обучающиеся должны уметь
<i>1. Личная гигиена</i>			
- правила личной гигиены, и их значение для здоровья; - правила ЗОЖ.	- правильно выполнять и соблюдать правила личной гигиены, следить за чистотой тела.	- правила личной гигиены, и их значение для здоровья; - правила ЗОЖ.	- правильно выполнять и соблюдать правила личной гигиены, следить за чистотой тела.
<i>2. Одежда</i>			
- размеры своей одежды и обуви; - гарантийные сроки носки; - правила возврата; - правила стирки изделий из различного вида ткани	- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями; - рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности; - стирать изделия разными способами из различных видов ткани.	- размеры своей одежды и обуви; - гарантийные сроки носки; - правила возврата; - правила стирки изделий из различного вида ткани (тюля, трикотажа).	- подбирать одежду и обувь в соответствии с индивидуальными особенностями; - рационально выбирать товары, учитывая их назначение и собственные возможности; - стирать изделия разными способами из различных видов ткани.
<i>3. Питание</i>			
- значение питания в жизни и деятельности людей; - виды питания; - название и рецепты 1-2 национальных блюд;	- составить меню питания на день; - приготовить 1(2) диетическое блюдо; - приготовить одно национальное	- значение питания в жизни и деятельности людей; - виды питания; - название и рецепты 1-2 национальных блюд;	- составить меню питания на день; - приготовить 1(2) диетическое блюдо; - приготовить одно национальное

- виды магазинов по продаже продуктов питания, рынки - режимные моменты в питании	блюдо, составить меню праздничного стола; - выполнить сервировку праздничного стола.	- виды магазинов по продаже продуктов питания, рынки - режимные моменты в питании	блюдо, составить меню праздничного стола; - выполнить сервировку праздничного стола.
4. Семья			
- основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции.	- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку; - выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношение к родителям, дедушкам, бабушкам); - поддерживать и укреплять семейные традиции	- основные виды семейных отношений, формы организации досуга и отдыха в семье, семейные традиции; - доходные и расходные части бюджета в семье; - условия создания семьи.	- анализировать различные семейные ситуации и давать им правильную оценку; - выполнять морально-этические нормы взаимоотношения в семье (отношение к родителям, дедушкам, бабушкам); - планировать расходы семейного бюджета, учитывая доходы в семье; - оказать внимание, поддержку, посильную помощь нуждающемуся члену семьи; - активно включаться в организацию досуга и отдыха в семье; - поддерживать и укреплять семейные традиции
5. Жилище			
- правила и периодичность уборки жилого помещения; - моющие средства, используемые при уборке жилого помещения; - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке квартиры, кухни и санузла.	- мыть напольное покрытие, кафельные стены, чистить раковины; - пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке; - расставлять мебель в квартире (на макете);	- правила и периодичность уборки жилого помещения; - моющие средства, используемые при уборке напольного покрытия, кухни, санузла; - санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке	- мыть напольное покрытие, кафельные стены, чистить раковины; - пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке; - расставлять мебель в квартире (на макете);

<ul style="list-style-type: none"> - правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели); - правила сохранения жилищного фонда. 	<ul style="list-style-type: none"> - чистить мебель с помощью спец. средств. 	<ul style="list-style-type: none"> квартиры, кухни и санузла. - правила расстановки мебели в квартире (с учетом размера, особенностей площади, назначения комнат, наличия мебели); - правила сохранения жилищного фонда. 	<ul style="list-style-type: none"> - чистить мебель; - подбирать детали интерьера.
6. Транспорт			
<ul style="list-style-type: none"> - виды междугороднего автотранспорта, водный транспорт, авиационный транспорт. - стоимость проезда; - порядок приобретения и возврата билетов; - правила поведения на вокзале. 	<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в расписании; - определять маршрут и выбирать транспортные средства; - выполнять правила безопасности во время полета и правила поведения в аэропорту. 	<ul style="list-style-type: none"> - виды междугороднего автотранспорта, водный транспорт, авиационный транспорт. - стоимость проезда; - порядок приобретения и возврата билетов; - правила поведения на вокзале. 	<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в расписании; - определять маршрут и выбирать транспортные средства; - выполнять правила безопасности во время поездки на любом виде транспорта.
7. Средства связи			
<ul style="list-style-type: none"> - основные средства связи, назначение, особенности использования; - интернет-связь. 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться необходимыми средствами связи; - осуществлять денежные переводы, используя различные средства связи (почта, телефон). 	<ul style="list-style-type: none"> - основные средства связи, назначение, особенности использования; - интернет-связь. 	<ul style="list-style-type: none"> - пользоваться необходимыми средствами связи; - осуществлять денежные переводы, используя различные средства связи (почта, телефон).
8. Предприятия, организации, учреждения			
<ul style="list-style-type: none"> - исполнительные органы государственной власти (города, района); - адрес местной префектуры; - отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования. 	<ul style="list-style-type: none"> - экскурсия на ближайшее промышленное или сельскохозяйственное предприятие для ознакомления с их деятельностью и основными профессиями. - экскурсия в префектуру для знакомства с отделами и их возможностями оказания услуг. 	<ul style="list-style-type: none"> - учреждения и отделы по трудоустройству; - местонахождение и название предприятий, где требуются рабочие по специальностям, изучаемым в школе; - виды документов, необходимых для поступления на работу; - перечень основных деловых 	<ul style="list-style-type: none"> - обращаться в отделы кадров учреждений для устройства на работу; - написать заявление о принятии на работу, о переходе с одной работы на другую, о предоставлении очередного отпуска; - заполнить анкету;

		бумаг и требования к их написанию.	- составить заявки на материалы, инструменты; - написать расписку, докладную записку.
9. Охрана здоровья			
- виды страховой медицинской помощи; - телефоны вызова скорой помощи, - правила и приёмы ухода за больным; - условия освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.	- правила обращения в регистратуру для вызова врача на дом; - называть и объяснять причину вызова врача; - строго выполнять правила ухода за больным: измерять температуру, умыть, переодеть, кормить больного (взрослого, ребёнка); - ставить горчичники.	- виды страховой медицинской помощи; - виды медицинских учреждений; - функции основных врачей-специалистов. - условия освобождения от работы: по болезни или для ухода за больным.	- правильно обращаться в регистратуру для вызова врача на дом; - называть и объяснять причину вызова врача; - правильно обращаться в регистратуру для записи к врачу-специалисту.
Учащиеся 4 группы: перечисленные знания и умения усваивают на доступном их пониманию уровне.			

Оценочные материалы.

Оценка предметных результатов.

Система оценивания предметных результатов обучающихся с легкой степенью умственной отсталости регламентирована и организована в соответствии с локальными актами образовательной организации. В качестве содержательной и критериальной базы оценки выступают предметные результаты. Объектом оценки предметных результатов является освоение обучающимися содержания учебного предмета «Основы социальной жизни», умений и способов действия для решения учебно-познавательных и учебно-практических задач. Оценка достижения предметных результатов ведётся в ходе текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Текущий контроль осуществляется в виде контрольно-измерительной деятельности:

- поурочный устный контроль (устный опрос, проведение наблюдений);
- поурочный письменный контроль (работа по карточкам, самостоятельная работа);
- периодический письменный контроль (контрольный тест).
- вводный и промежуточный контроль (административная контрольная работа (тест)).

Вводная и промежуточная аттестация проводится в начале и в конце учебного года в форме контрольного теста (административная контрольная работа).

В целом оценка достижений обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения выполняют коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социальным опытом. При оценивании предметных результатов освоения АООП обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) необходимо, чтобы балльная оценка свидетельствовала о качестве усвоенных знаний. В связи с этим основными критериями оценки планируемых результатов являются следующие: соответствие / несоответствие науке и практике; полнота и надежность усвоения; самостоятельность применения усвоенных знаний. Усвоенные предметные результаты оцениваются с точки зрения достоверности как «верные» или «неверные». Критерий «верно» / «неверно» (правильность выполнения задания) свидетельствует о частоте допущения тех или иных ошибок, возможных причинах их появления, способах их предупреждения или преодоления. По критерию полноты предметные результаты оцениваются как полные, частично полные и неполные. Самостоятельность выполнения заданий оценивается с позиции наличия / отсутствия помощи и ее видов: задание выполнено полностью самостоятельно; выполнено по словесной инструкции; выполнено с опорой на образец; задание не выполнено при оказании различных видов помощи.

Критерии оценивания по предмету «Основы социальной жизни»

Оценки	Устные ответы	Письменные ответы
"5"	Понимает смысл вопроса и отвечает на вопросы полными распространенными предложениями, соблюдая связанность слов в предложении. Приводит примеры жизненных ситуаций, раскрывающие те или иные положения, аргументы, их подтверждающие, делает вывод.	Работу на карточках выполняет самостоятельно в полном объеме. Тестовые задания (для 1гр) выполняет в объеме 80-100%.
"4"	Дает полные ответы на вопросы, но нарушена связанность слов в построении предложения. Недостаточно точно приводит примеры, затрудняется сделать вывод.	Работу на карточках выполняет самостоятельно в полном объеме, но имеются неточности, исправления. Тестовые задания (для 1 гр) выполняет в объеме 65-80%.
"3"	Дает неточный или неполный ответ на поставленный вопрос, материал излагает недостаточно полно и последовательно, нуждается в помощи учителя. Самостоятельно не может обобщить и привести примеры на полученные знания и сделать вывод.	Задания на карточках выполняет после объяснения, имеются неточности, исправления или задание выполнено наполовину. Тестовые задания (для 1гр) выполняет в объеме 50-65%.

Контроль и учет предметных результатов достижений обучающихся 10-11 классов

№ п/п	Вид контроля (Промежуточный (КР на начало и конец года), периодический (тематический контроль) – тесты, диктанты, КР в течение года)	10 класс		11 класс	
		Дата			
		план	факт	план	факт
1	Входная контрольная работа (тест)				
2	Итоговая контрольная работа				

Календарно- тематическое планирование на 2024-2025 учебный год, Основы социальной жизни , 10 класс

№	Тема раздела, урока	Кол -во час.	Дата проведе ния	Цели(образовательные, коррекционные, воспитательные)	Основные понятия (словарь) Практическая деятельность
1. Повторение – 1ч					
1.	Повторение пройденного материала за предыдущий учебный год. Предмет Основы социальной жизни	1		- закреплять знание о значении предмета Основы социальной жизни; - развивать умение давать полные ответы на поставленные вопросы, выделять главную мысль в информации, предложенной учителем, совершенствовать графические навыки; - прививать аккуратность в работе с тетрадью.	Беседа о значении предмета Основы социальной жизни. Чертеж и заполнение таблицы – формулировка понятия. Работа с презентацией, выполнение заданий на карточках.
2. Личная гигиена и здоровье – 3ч					
2.	Здоровый образ жизни — требование современного общества.	1		- закреплять представление о здоровом образе жизни; - развивать умение выполнять последовательно необходимые действия в целях соблюдения личной гигиены; - прививать стремление к ЗОЖ.	Беседа о ЗОЖ, задание на карточках, запись в тетрадь правил ЗОЖ.

3.	Здоровье и красота. Значение косметики для юношей, девушек.	1		- формировать представление о здоровье и красоте, о значении косметики для юношей и девушек; - развивать умение выполнять последовательно необходимые действия в целях соблюдения личной гигиены; - воспитывать желание выглядеть опрятно и чисто.	Словарная работа. Задание на карточках, в тетради. Работа с презентацией: Правила и приемы ухода за кожей лица.
4.	Негативное воздействие вредных факторов и вредных веществ на здоровье человека.	1		- формировать представление о негативном воздействии вредных факторов и вредных веществ на здоровье человека; - развивать умение выполнять необходимые действия в целях сбережения здоровья; - прививать стремление к ЗОЖ.	Словарная работа. Задания на карточках. Работа с презентацией: Негативное воздействие вредных факторов на организм человека (электромагнитные излучения от компьютера, сотового телефона, телевизора; повышенный уровень шума, вибрация; загазованность воздуха и т.д.).
3. Одежда - 16ч					
5-6.	Одежда. Материалы, используемые для изготовления одежды (хлопок, шерсть...) Преимущества и недостатки разных видов тканей.	2		- дать представление о материалах, используемых для изготовления одежды; - развивать умение выделять ключевые моменты в информации по теме; - воспитывать аккуратность, самостоятельность.	Словарная работа. Работа с презентацией: Виды тканей. Практическая работа: Преимущества и недостатки разных видов тканей.
7-8.	Одежда по назначению. Выбор и покупка одежды. Размеры одежды.	2		- дать представление о выборе одежды, правилах покупки, возврата или обмена одежды; - развивать умение самостоятельно находить в тексте необходимую информацию по теме; - воспитывать аккуратность, самостоятельность и бережливость.	Словарная работа. Задание на карточках. Работа с презентацией: Выбор одежды при покупке в соответствии с назначением и необходимыми размерами. Подбор одежды в соответствии с индивидуальными особенностями. Работа с таблицей: Соотношение размеров одежды в стандартах разных стран.
9-10.	Входная контрольная работа	2		- проверка ЗУН	

	Уход за одеждой. Правила ухода за одеждой, изготовленной из разных видов материалов.			- формировать знания о необходимости повседневного ухода за своей одеждой, о хранении одежды: местах и правилах; - развивать умение последовательно выделять ключевые моменты в тексте при составлении памятки по уходу за одеждой; - воспитывать аккуратность, самостоятельность и бережливость.	Словарная работа. Задание на карточках: Виды повседневного ухода за одеждой: стирка, глажение, чистка, починка.
11-12.	Ручная и машинная стирка изделий. Правила сушки белья из различных тканей.	2		- закрепить знания о ручной и машинной стирке изделий из различных тканей, правилах сушки белья; - развивать умение соотносить действия в процессе ручной (машинной) стирки с пунктами плана и последовательно их выполнять; - воспитывать трудолюбие	Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Правила сушки белья из различных тканей, чтение условных обозначений на этикетках. Правила т/б при стирке и в работе с химическими моющими средствами. Упражнения в классификации предметов одежды по типу стирки.
13-14.	Глажение изделий из различных видов тканей. Сухое глажение и глажение с паром.	2		- формировать знания по утюжке изделий из различных видов ткани; - развивать умение правильно и последовательно выполнять операции, пользуясь электрическим прибором, по плану; - прививать стремление доводить начатое дело до конца.	Чтение условных обозначений на этикетках изделий. Работа с презентацией: Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования. Правила техники безопасности при работе с утюгом.
15-16.	Предприятия бытового обслуживания. Прачечная и химчистка.	2		- формировать знания о предприятиях бытового обслуживания; - развивать умение определять вид стирки, чистки изделий; - прививать аккуратность, самостоятельность.	Чтение условных обозначений на этикетках изделий. Работа с презентацией: Прачечная и химчистка: назначение, оказываемые услуги, прейскурант.
17.	Обувь. Выбор и покупка обуви.	1		- формировать знания о видах магазинов по продаже обуви, порядке выбора и приобретения обуви; - развивать умение самостоятельно находить необходимую информацию по теме; - воспитывать аккуратность,	Задание на карточках, запись в тетрадь: Назначение обуви. Работа с таблицей: Соотношение размеров обуви в стандартах разных стран.

				самостоятельность и бережливость.	
18.	Предприятия бытового обслуживания. Ремонт обуви.	1		- формировать знания о предприятиях службы быта, ремонтных мастерских обуви; - развивать умение самостоятельно выполняют задания по теме; - прививать стремление доводить начатое дело до конца.	Словарная работа. Работа с презентацией: Виды услуг. Прейскурант. Правила подготовки обуви для сдачи в ремонт. Правила приема и выдачи обуви.
19.	Обувь. Уход за обувью.	1		- формировать знания о видах обуви в зависимости от времени года, материала изготовления и правилах ухода за ней; - развивать умение самостоятельно находить необходимую информацию по теме в памятках; - воспитывать аккуратность, самостоятельность и бережливость.	Практическая работа: Виды обуви: в зависимости от времени года; назначения (спортивная, домашняя, выходная и т.д.); вида материалов (кожаная, резиновая, текстильная и т.д.). Хранение обуви: способы и правила. Чистка обуви. Правила ухода за обувью, изготовленной из натуральной и искусственной кожи, нубука, замши, текстиля.
20.	Одежда, обувь и здоровье человека.	1		- закреплять знания по пройденным темам; - развивать умение самостоятельно находить необходимую информацию по теме и выполнять задание на карточках; - воспитывать аккуратность, самостоятельность.	Самостоятельная работа
4. Питание – 22ч					
21.	Организация питания семьи. Санитарно-гигиенические требования и правила т/б в процессе приготовления пищи. Заваривание чая.	1		- закреплять знания об организации питания семьи, о санитарно-гигиенических требованиях при работе на кухне; - развивать умение работать на кухне, соблюдая санитарно-гигиенические требования и правила т/б; - воспитывать трудолюбие	Словарная работа, выполнение заданий на карточках. Работа с презентацией: Организация питания семьи. Режим питания. Рацион питания.
22.	Кухня. Место для приготовления пищи и его оборудование. Бутерброды.	1		- закреплять знания кухне и месте приготовления пищи; - развивать умение последовательно выполнять операции по приготовлению блюда,	Практическая работа. Завтрак. Холодный завтрак. Составление меню для холодного завтрака. Простые и сложные бутерброды. Канapé. Приготовление бутербродов. Т/б при

	Приготовление бутербродов (по выбору уч-ся).			соблюдая санитарно-гигиенические требования и правила т/б; - воспитывать культуру поведения за столом .	работе с режущ. инструментами и электрооборудованием. Мытьё и чистка посуды. Правила безопасной работы на кухне.
23-24.	Виды теста: дрожжевое, пресное. Приготовление блинов.	2		- формировать знания о видах, особенностях теста, учить составлять меню для завтрака; - развивать умение находить информацию по вопросам и соотносить с пунктами ПОП; - воспитывать внимательность, самостоятельность.	Составление меню для завтрака: блюда для завтрака; горячий и холодный завтраки. Составление меню для завтрака; чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда. Чтение информации: 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. Правила т/б при работе с и электрооборудованием.
25-26.	Виды изделий из теста: пирожки, булочки, печенье и др. Приготовление изделий из теста.	2		- дать представление о видах изделий из теста; -развивать умение подбирать продукты по рецепту, сохраняя последовательность в приготовлении блюда; - прививать интерес к профессии повара, воспитывать организованность и самостоятельность.	Чтение правил техники безопасности, чтение инструкционной карты приготовления блюда. Составление и запись рецептов. Приготовление изделий из замороженного теста. Правила т/б с электрооборудованием, приборами, режущими инструментами.
27-28.	Виды салатов (овощные, фруктовые, мясные). Украшения салатов и холодных блюд из овощей и зелени. Приготовление салата.	2		- дать представление о видах салатов, питательной ценности овощей, мяса, рыбы, фруктов; - развивать умение составлять меню для обеда, читать рецепт и подбирать продукты для блюда, готовить его; -воспитывать доброжелательность и внимательность уч-ся в коллективной работе	Чтение информации: питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов. Составление меню для обеда; чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда. Т/б при работе с режущ. инструментами и электрооборудованием.
29-30.	Первые, вторые и третьи блюда: виды, значение. Супы.	2		- закреплять знания о приготовлении супов; - развивать умение готовить суп по рецепту, соблюдая ПОП;	Работа с презентацией: Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом.

	Приготовление супа по рецепту. (по выбору учащихся)			воспитывать доброжелательность и внимательность уч-ся в коллективной работе	Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда. Практическая работа. Правила т/б в работе с режущ. инструментами.
31-32.	Виды питания. Диетическое питание. Питание детей ясельного возраста. Приготовление каши (по выбору учащихся)	2		- закреплять знания о приготовлении блюд (гарниров), их значении; - развивать умение составлять меню для холодного ужина, готовить кашу по рецепту; - воспитывать доброжелательность и внимательность	Чтение информации: Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Фруктовые напитки: соки, нектары. Блюда для ужина; холодный и горячий ужин. Составление меню для холодного ужина Практическая работа. Т/б при работе с кипящими жидкостями и электрооборудованием
33-34.	Приготовление изделий из слоеного теста (по выбору учащихся).	2		- закреплять знания о приготовлении изделий из теста; - развивать умение готовить по рецепту; - воспитывать доброжелательность и внимательность	Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда Практическая работа. Т/б при работе с режущ. инструментами и электрооборудованием
35-36.	Виды заготовки продуктов впрок. Засолка капусты. Компот.	2		- закреплять знания о заготовке продуктов впрок; - развивать умение солить капусту по рецепту, консервировать компот; воспитывать доброжелательность и внимательность	Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда Практическая работа. Т/б при работе с режущ. инструментами, электрооборудованием
37-38.	Приготовление блюда по выбору.	2		- закреплять знания о приготовлении блюд, их значении; - развивать умение готовить по рецепту; воспитывать доброжелательность и внимательность	Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда Практическая работа. Т/б при работе с режущ. инструментами и электрооборудованием
39-40.	Виды бутербродов, приготовление бутербродов.	2		- закреплять знания о приготовлении бутербродов, их значении; - развивать умение готовить открытые, закрытые бутерброды, соблюдая ПОП; - воспитывать бережное отношение к хлебу, продуктам питания	Чтение рецепта, подбор продуктов по рецепту, приготовление блюда Практическая работа. Т/б при работе с режущ. инструментами и электрооборудованием
41.	Магазины по продаже продуктов питания.	1		- закреплять знания о видах магазинов, о порядке приобретения товаров, сроке годности стоимости; - развивать умение	Работа с презентацией: Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Срок

				самостоятельно выполнять задание; воспитывать доброжелательность и внимательность уч-ся в коллективной работе	годности продуктов питания (условные обозначения на этикетках). Стоимость продуктов питания. Выполнение задания на карточках: Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Виды товаров: фасованные, на вес и в разлив.
42.	Значение питания в жизни и деятельности людей	1		- проверить знания учащихся по теме; - совершенствовать навыки самостоятельного выполнения заданий; - прививать интерес к профессии повара, воспитывать организованность и самостоятельность.	Самостоятельная работа
5. Семья – 4ч					
43.	Семейный досуг.	1		- познакомить учащихся с видами досуга в семье; - развивать умение самостоятельно выполнять задание по теме; - воспитывать доброжелательность, активность, самостоятельность.	Чтение информации: Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки и др., задание в тетради. Заполнение таблицы: Досуг как источник получения новых знаний: экскурсии, прогулки 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.
44.	Отдых и его разновидности.	1		- дать представление об отдыхе и его разновидностях; - развивать умение самостоятельно выполнять задания на карточках; - воспитывать самостоятельность, аккуратность, активную гражданскую позицию.	Работа с презентацией, заполнение таблицы: 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.

45.	Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи.	1		- формировать знания об экономике домашнего хозяйства, бюджете семьи; - развивать умение самостоятельно выполнять задания по теме; - воспитывать бережливость.	Работа с презентацией: Виды и источники дохода. Определение суммы доходов семьи на месяц. Основные статьи расходов. Планирование расходов на месяц по отдельным статьям. Планирование дорогостоящих покупок. Значение и способы экономии расходов. Назначение сбережений. Виды вкладов в банки. Запись информации в тетрадь.
46.	Будущая семья. Закон о семье и браке.	1		- познакомить учащихся с основными законами о семье и браке; - развивать умение самостоятельно находить необходимую информацию по теме в тексте; - воспитывать самостоятельность.	Словарная работа, выполнение заданий и работа с презентацией: Условия создания семьи. Семейные отношения. Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства, бюджета. Способы пополнения домашнего бюджета молодой семьи надомной деятельностью.
6. Жилище- 8ч					
47-48.	Общее представление о доме. Дом, квартира. Планировка жилища.	2		- дать знания о значении жилища для человека, его планировке; - развивать умение различать виды жилых комнат и нежилые помещения; - прививать стремление содержать жилье в чистоте и порядке.	Работа с презентацией: Правила пользования общей собственностью в многоквартирном доме. Правила проживания в собственном и многоквартирном доме. Виды жилых комнат и нежилые помещения. Выполнение заданий на карточках, в тетради Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.
49-50.	Уход за жилищем. Мебель в жилых помещениях. Уход за мебелью.	2		- формировать знания о необходимости уборки помещения; - развивать умение самостоятельно осуществлять необходимые действия по наведению порядка в доме; - воспитывать аккуратность и бережливость. - формировать знания о видах мебели, учить распознавать покрытие мебели: ткань, кожа, полировка, шпон, пластик;	Словарная работа, задание на карточках, в тетради: Виды уборки жилища (сухая, влажная), инвентарь, моющие средства, электробытовые приборы для уборки помещений. Виды мебели в жилых помещениях и их назначение (мягкая, корпусная). Практическая работа: Уход за мебелью: средства и правила ухода за различными видами мебели.

				- развивать умение приводить примеры вариантов сопоставления разных видов мебели в помещении; - воспитывать бережное отношение к мебели в школе и дома	
51-52.	Кухня. Кухонная мебель, утварь, белье.	2		- формировать знания о кухне, мебели, утвари и белье; - развивать умение приводить примеры нагревательных приборов, электроприборов, деревянного инвентаря, кухонной посуды; выделять предметы для сервировки стола; - воспитывать аккуратность, бережливость.	Работа с презентацией: Правила т/б пользования нагревательными приборами. Электробытовые приборы на кухне (холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка и др.): назначение, правила использования и ухода, техника безопасности. 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 (льняные, хлопчатобумажные, смесовая ткань). Правила ухода и хранения. Кухонная мебель: названия, назначение.
53-54.	Ванная комната. Электробытовые приборы в ванной комнате.	2		- формировать знания о санузле и ванной комнате, правилах безопасного поведения в ванной при использовании электробытовых приборов, при необходимости борьбе с насекомыми и грызунами; - развивать умение осуществлять выбор необходимых средств по уходу за санузлом и ванной, в борьбе с грызунами и насекомыми; - воспитывать трудолюбие, аккуратность в работе.	Работа с презентацией: Оборудование ванной комнаты, назначение. Правила безопасного поведения в ванной комнате. Электробытовые приборы в ванной комнате: стиральные машины, фены для сушки волос. Правила пользования стиральными машинами. Техника безопасности. Виды стиральных машин в зависимости от загрузки белья (вертикальная и горизонтальная загрузки). Режимы стирки, температурные режимы. Условные обозначения на стиральных машинах. Характеристики разных видов стиральных машин. Магазины по продаже электробытовой техники (стиральных машин). Выбор стиральных машин в зависимости от конкретных условий (размера ванной комнаты,

				характеристика машины, цены). Выполнение заданий на карточках.
7. Транспорт - 4ч				
55-56.	Виды транспорта. Городской, пригородный, междугородний железнодорожный транспорт, автотранспорт.	2		- расширить знания о видах транспорта, его функциях, назначении; - развивать умение ориентироваться в видах транспорта и соблюдать правила поведения в нем; - воспитывать самостоятельность.
				Словарная работа, выполнение заданий на карточках, задание в тетради. Выбор рационального маршрута проезда из дома в разные точки населенного пункта. Расчет стоимости проезда. Вокзалы: назначение, основные службы. Платформа, перрон, путь. Меры предосторожности по предотвращению чрезвычайных ситуаций на вокзале. Расписание поездов. Виды пассажирских вагонов.
57-58.	Междугородний автотранспорт. Автовокзал. Водный транспорт. Авиационный транспорт.	2		- закреплять знания о видах транспорта, функциях, вокзалах, службах вокзалов, их назначении; - развивать умение приобретать и совершать возврат билета при необходимости; - воспитывать самостоятельность, уважительное отношение к окружающим.
				Чтение информации. Выполнение заданий на карточках: Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Расписание, порядок приобретения билетов, стоимость проезда. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Авиационный транспорт. Аэропорты, аэровокзалы.
8. Средства связи – 4ч				
59-60.	Основные средства связи. Назначение, особенности использования.	2		- формировать знания об основных средствах связи, назначении; - развивать умения и навыки заполнения бланков почтовых отправлений; - прививать интерес к профессии почтальона, почтового работника
				Словарная работа: почта, телефон, телевидение, радио, компьютер; выполнение заданий на карточках, задание в тетради Внутренняя и международная письменная корреспонденция (почтовые карточки, письма, бандероли). Категории почтовых отправлений: простые и регистрируемые (обыкновенные, заказные, с объявленной ценностью). Правила и стоимость отправления.
61.	Телефонная связь. Интернет-связь.	1		- формировать знания о назначении телефонной связи, интернета, электронной почты, видео-связи; - развивать умение вести правильно
				Словарная работа, выполнение заданий на карточках, задание в тетради Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни.

				общение в сети-интернет; - воспитывать уважительное отношение к окружающим.	
62.	Денежные переводы.	1		- формировать знания о видах денежных переводов; - развивать умения и навыки вести диалог с работником телефонной службы; - прививать интерес к профессии оператора	Словарная работа, выполнение заданий на карточках, задание в тетради. Виды денежных переводов (адресные и безадресные). Различные системы безадресных переводов. Преимущества разных видов денежных переводов. Стоимость отправления денежного перевода.
9. Предприятия, организации, учреждения – 2ч					
63.	Исполнительные органы государственной власти (города, района). Организации.	1		- формировать знания об исполнительных органах государственной власти; - развивать умение определять необходимость обращения различные виды служб; - воспитывать уважительное отношение к окружающим.	Словарная работа, выполнение заданий на карточках, в тетради. Работа с презентацией: Муниципальные власти. Структура, назначение. Отделы внутренних дел. Отделения пенсионного фонда. Налоговая инспекция. Паспортно-визовая служба. Центры социальной защиты населения.
64.	Образовательные учреждения. Местные промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Годовая контрольная работа	1		- формировать знания об образовательных учреждениях, о предприятиях нашего города; - развивать умение определять значение предприятий для города, его жителей; - воспитывать уважительное отношение к рабочим профессиям, интерес к наличию рабочих мест на предприятии, значимость ответственных работников для организации, для семьи, для страны.	Словарная работа, выполнение заданий на карточках, в тетради. Работа с презентацией: Образовательные организации. Названия предприятия, вид деятельности, основные виды выпускаемой продукции, профессии рабочих и служащих.
10. Охрана здоровья – 3ч					
65.	Виды страховой медицинской помощи.	1		- формировать и закреплять знания учащихся о видах страховой медицинской помощи; - развивать умение самостоятельно определять	Работа с презентацией: Виды страховой медицинской помощи: обязательная и дополнительная. Полис обязательного медицинского страхования. Медицинские

				необходимость использования медицинских услуг по страхованию; - воспитывать самостоятельность.	услуги, оказываемые в рамках обязательного медицинского страхования. Перечень медицинских услуг, оказываемых в рамках дополнительного медицинского страхования.
66-67.	Виды медицинских учреждений. Документы о нетрудоспособности.	2		- дать знания о видах медицинских учреждений, о документах, подтверждающих нетрудоспособность; - развивать умение связываться с регистратурой поликлиники, вызывать врача на дом, при необходимости вызывать скорую помощь, вести диалог работниками службы; - воспитывать отзывчивость и уважительное отношение к окружающим	Работа с презентацией: Виды мед. Учреждений: поликлиника, амбулатория, больница, диспансер. Функции основных врачей-специалистов. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка и листок нетрудоспособности.
11. Итоговое занятие -1 ч					
68.	Итоговое занятие	1		Повторение изученных тем	Повторение изученных тем

Приложение: **Контрольно-измерительные материалы по предмету «Основы социальной жизни» (10 класс)**

Входная контрольная работа

Цель: проверить знания по разделам предмета Основы социальной жизни за 9 класс

Предметные знания:

- знание основных понятий по разделам

Предметные умения:

- установление соответствия, верного утверждения;
- самостоятельность в выполнении заданий по темам.

Предмет ОСЖ. Запиши каждое слово в названии предмета.

О - _____ С - _____ Ж - _____

Личная гигиена. Уход за своим внешним видом (*отметь верные определения*):

- не надо следить за волосами и прической
- следи за волосами и прической
- одежда должна быть модной, чистой не всегда
- соблюдай опрятность в одежде
- следи за чистотой нижнего белья
- косметикой надо пользоваться обязательно (каждый день)
- пользуйся косметикой с учетом возраста

Установи соответствие (проведи стрелочку)

Цвет лица может измениться
у курильщиков

Специальные упражнения для
выработки правильной осанки

Угри – результат закупорки
пор кожи

Держать лицо в чистоте, ухаживать
за ней

Появляется сутулость,
размашистость движений

Бросить курить

Одежда (подчеркни верные варианты ответов).

Что нужно сделать перед стиркой? - рассортировать белье; - намочить белье.

Какое белье нужно стирать отдельно? - белое и цветное (черное); - замоченное и сухое.

Что делают с мокрым бельем после стирки? - высушить; - прогладить.

Что делают с сухим бельем после сушки? - складывают в шкаф;

- проглаживают, складывают в шкаф.

Расставь по порядку этапы глажения одежды.

___ - начни с мелких деталей.

___ - правильно сложи или повесь на плечики.

___ - проверь чистоту подошвы утюга.

___ - прогладь всю вещь.

Допиши предложения, используя слова-подсказки: резиновый, мастера, ровный, бельем, сухими, проверит .

Стиральная машина должна стоять на _____ поверхности.

У стиральной машины должен лежать _____ коврик.

Включать и выключать машину _____ руками.
Нельзя перегружать машину _____.
Перед загрузкой белья нужно _____ карманы одежды.
При технической неисправности необходимо вызвать _____.

Уход за обувью. Цифрами отметь последовательность ухода за кожаной обувью.

- ___ Почистить обувной щеткой.
- ___ Очистить от грязи и пыли.
- ___ Отполировать бархаткой.
- ___ Нанести крем.

Выбери верные утверждения:

- при покупке надо знать свой размер;
- покупать нужно любую понравившуюся вещь, даже если она не нужна;
- вещь должна быть «на вырост» ;
- обязательно взять чек хранить на период гарантийного срока;
- покупай запланированную вещь;
- учитывай свои материальные возможности.

Питание. Кухня – это место _____

К санитарно-гигиеническим требованиям относятся (отметь верные действия):

- мойте руки с мылом;
- перед включением электроприбора проверьте исправность шнура;
- наденьте фартук, косынку;
- включайте и выключайте приборы сухими руками
- рукава одежды закатайте.

Приготовление блинов (отметь последовательность действий цифрами 1,2,3,4,5)

- во взбитую массу яиц, сахара и соли влить молоко, всыпать муку;
- нагреть сковороду, смазав её растительным маслом;
- яйца, соль, сахар взбить венчиком или миксером;
- в приготовленное тесто добавить растительное масло, перемешать;
- выпекать блины на раскалённой сковороде.

Блюда, которые к столу подаются холодными (подчеркни):

Борщ, суп фруктовый, окрошка, каша, винегрет, салат из свежей капусты, бутерброды, щи, фруктовый салат, пюре картофельное, морковь тертая с сахаром.

Правила поведения в магазине (отметь верные варианты ответов):

- пропусти выходящих из магазина людей;
- заходи в магазин, не уступая прохода выходящим из магазина людям;
- пройди в отдел нужной покупки;
- вежливо обратись к продавцу и кассиру;
- в магазине самообслуживания не нарушай упаковку продукта;
- передвигаясь по магазину, не толкайся, уступи дорогу, если кто-то торопится;
- не облакачивайся на витрину.

Семья. Семья – это _____ и _____ люди, _____

Родственные	Фамилия	Имя	Отчество	Дата	Лет
-------------	---------	-----	----------	------	-----

отношения				рождения	
Отец					
Мать					
Я					
Сестра					
Брат					

Обязанности (проведи стрелочки)

- | | |
|----------|--|
| Родители | - обеспечивать материально семью |
| | - хорошо учиться |
| | - помогать по дому |
| Дети | - выполнять правила поведения |
| | - заботиться о младших братьях и сестрах |

Семейный досуг. Отметь верные направления.

- чтение книг;
- просмотр интересных фильмов и передач по телевидению;
- уборка квартиры;
- прогулки, экскурсии;
- мытье посуды;
- отдых на природе.

Жилище. Выбери верные утверждения, отметь их.

- Не следует комнату загромождать мебелью.
- Ежедневно надо протирать пыль.
- 1 раз в неделю следует мыть пол.
- 1 раз в месяц следует мыть пол.
- 1 раз в неделю нужно чистить ковры пылесосом.
- 3 раза в день следует проветривать комнату.
- Полы лучше часто подметать, чем мыть.
- Полы лучше часто мыть, чем подметать.

Уборка санузла (отметь верные варианты ответов.):

Предмет для ухода за унитазом

- Веник - Вантуз - Ерш

Почему при мытье сантехнического оборудования нельзя резко менять температуру воды?

- Неприятно рукам - Трескается эмаль

Для чего нужно устранять течь из крана?

- Звук капель раздражает -Образуется желтый налет на эмали - Для экономии воды

Зачем надо читать инструкцию к моющим средствам?

- Это интересно - Потом можно пересказать -Чтобы правильно использовать средство

Транспорт. Запиши виды городского транспорта.

Автобус, _____ *Цифрами*

установи последовательность покупки билета:

- ___ - оплатить стоимость проезда
 ___ -назвать время отправления
 ___ - назвать станцию назначения
 ___ - проверить сдачу

Проезд в школу(ответь на вопросы, произведи расчет).

На чем добираться до школы? _____

Какой это вид транспорта? _____

Сколько стоит проезд от дома до школы? _____

Сколько денег надо на проезд на неделю (5 дней)? _____

Сколько денег надо на проезд на месяц (20 дней)? _____

Средства связи. Запиши основные средства связи _____

Охрана здоровья. Подчеркни всех известных работников мед. учреждений.

Санитар, садовник, повар, медсестра, врач, парикмахер, санитарка, лаборант, стоматолог, окулист, лор-врач, терапевт, хирург, столяр, плотник, сантехник, регистратор, фармацевт.

Ответ на вопросы. Учреждение, в котором продают лекарства? _____

Медицинское учреждение, в котором работают врачи разных специальностей? _____

Кто помогает врачу на приеме больных? _____

Что выписывает врач больному для покупки лекарств? _____

Годовая контрольная работа

Цель: проверить знания по разделам предмета Основы социальной жизни за 10 класс

Предметные знания:

- знание основных понятий по разделам

Предметные умения:

- установление соответствия, верного утверждения;
- самостоятельность в выполнении заданий по темам.

Предмет ОСЖ. Запиши каждое слово в названии предмета.

О - _____ С - _____ Ж - _____

Личная гигиена. Уход за своим внешним видом (отметь верные определения):

- не надо следить за волосами и прической
- следи за волосами и прической
- одежда должна быть модной, чистой не всегда
- соблюдай опрятность в одежде
- следи за чистотой нижнего белья
- косметикой надо пользоваться обязательно (каждый день)
- пользуйся косметикой с учетом возраста

Как жить, чтобы вести ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ (Подчеркни верные ответы)

Соблюдай в жизни режим сна, труда, отдыха, питания.

Заниматься спортом.

Больше отдыхать, лежать.

Можно иногда курить.

Избавляться от вредных привычек.

Одежда и обувь. Выбирая стиль одежды, учитывай (подчеркнуть нужные варианты):

- советы соседки;
- цель визита, мероприятия;
- цветовое сочетание одежды и обуви, аксессуаров;
- материальные возможности.

Отношение к одежде (дополни предложения словами).

Слова: гамме, плечики в праздники, стилем, шкаф, цвету, полке, зимних.

Никогда не надевай праздничную одежду в будни, а будничную - _____.

Следи за тем, чтобы одежда была выдержана в одной цветовой _____.

Одевайся в соответствии с выбранным _____.

Обувь и одежда должны сочетаться по _____.

Придя домой – переоденься, одежду повесь в _____.

Правильно хранить одежду – повесить на _____ в шкаф.

Трикотажные вещи (вязаные) хранить на _____

Два раза в году вещи сортировать летние от _____.

Выбери верные утверждения:

- при покупке надо знать свой размер;
- покупать нужно любую понравившуюся вещь, даже если она не нужна;
- вещь должна быть «на вырост» ;
- обязательно взять чек хранить на период гарантийного срока;
- покупай запланированную вещь;
- учитывай свои материальные возможности.

Соедини стрелочкой услугу Предприятия службы быта с действием

Ателье по пошиву одежды

постирать и отутюжить одежду

Ателье по ремонту одежды

почистить и отутюжить вещь

Прачечная

пошить красивое платье, костюм

Химчистка

вставить (вшить) новую молнию в куртку

Ремонт обуви	подстричься
Вещи напрокат	сделать косметический ремонт в доме
Фотоателье	сделать профессиональное фото
Парикмахерская	отремонтировать обувь
Ремонт квартир	отремонтировать часы
Часовая мастерская	взять во временное пользование пылесос

Питание.

К санитарно-гигиеническим требованиям относятся (отметь верные действия):

- мойте руки с мылом;
- перед включением электроприбора проверьте исправность шнура;
- наденьте фартук, косынку;
- включайте и выключайте приборы сухими руками
- рукава одежды закатайте.

Правила техники безопасности в работе на кухне. Допиши предложения.

Пролитую на пол воду, надо вытирать сразу, чтобы_____.

Нож передаём ручкой_____.

При работе на тёрке бережем_____.

Плиту включаем_____руками.

У электроплиты на полу должен лежать_____коврик.

После работы электроплиту не забудь_____.

Приготовления манной каши (отметь последовательность действий цифрами):

- ___ ополоснуть кастрюлю холодной водой;
- ___ варить кашу на слабом огне 10-15 минут, непрерывно помешивая, до загустения;
- ___ в кипящее молоко всыпать сахар, соль;
- ___ в кипящее подсоленное молоко всыпать тонкой струйкой крупу, непрерывно помешивая;
- ___ налить в кастрюлю молоко, довести до кипения;
- ___ при отпуске в кашу положить сливочное масло

Проведи стрелочки от понятий к определениям.

РЕЦЕПТ	способ приготовления чего-либо (блюда)
ИНГРЕДИЕНТЫ	составная часть (продукты) чего-либо (блюда)

Семья. Семья – это _____ и _____ люди, _____

Обязанности (проведи стрелочки)

Родители	- обеспечивать материально семью
	- хорошо учиться
	- помогать по дому
Дети	- выполнять правила поведения
	- заботиться о младших братьях и сестрах

Семейный досуг. Отметь верные направления.

- чтение книг;
- просмотр интересных фильмов и передач по телевидению;
- уборка квартиры;
- прогулки, экскурсии;
- мытье посуды;
- отдых на природе.

Бюджет семьи. *Дай объяснение понятию.* **Бюджет** -это _____

Бережливость при расходовании чего-нибудь называется (отметь нужное) :

- сбережение -экономия -зарплата

Как называется накопленная сумма денег? - Бюджет - Сбережение - Расходы

Прочитай вопрос	Отметь нужные варианты ответа
Виды источников дохода	Зарплата Помощь родственникам Выигрыш в лотерею
Основные статьи расходов	Оплата жилья Стипендия Питание
Среднедушевой доход	Доход одного человека в семье Доход работающих членов семьи Весь доход семьи, разделённый на количество членов семьи.

Жилище. *Выбери верные утверждения, отметь их.*

- Не следует комнату загромождать мебелью.
- Ежедневно надо протирать пыль.
- 1 раз в неделю следует мыть пол.
- 1 раз в месяц следует мыть пол.
- 1 раз в неделю нужно чистить ковры пылесосом.
- 3 раза в день следует проветривать комнату.
- Полы лучше часто подметать, чем мыть.
- Полы лучше часто мыть, чем подметать.

Выбери верный вариант ответа.

Как называется внутреннее пространство здания, помещения с его убранством?

- интерьер;
- красота.

Допиши предложения, используя слова для справок. Слова: пылесосить, сухая тряпка, выбивать, средство «Полироль», мой с мылом.

Мебель, покрытую кожей, нужно протирать_____. Мебель с тканевым покрытием можно _____, _____. Полированную мебель протирай _____ . Пластиковую мебель _____.

Правила поведения в магазине (отметь верные варианты ответов):

- пропусти выходящих из магазина людей;
- заходи в магазин, не уступая прохода выходящим из магазина людям;
- пройди в отдел нужной покупки;
- вежливо обратиться к продавцу и кассиру;
- передвигаясь по магазину, не толкайся, уступи дорогу, если кто-то торопится;
- не облакачивайся на витрины.

Транспорт. *Соедини стрелочкам понятия и назначение.*

Касса

Расписание

Справочная

Ждем время отправления

Возвращает деньги за сданные билеты

Храним вещи

Камера хранения
Зал ожидания
Касса возврата билетов

Узнаем о движении поездов
Узнаем о наличии билетов, рейсов
Покупаем билет

Проезд в школу(ответь на вопросы, произведи расчет).

На чем добираться до школы? _____

Какой это вид транспорта? _____

Сколько стоит проезд от дома до школы? _____

Сколько денег надо на проезд на неделю (5 дней)? _____

Сколько денег надо на проезд на месяц (20 дней)? _____

Средства связи. Запиши основные средства связи.

Деньги можно отправить :

- в конверте - в посылке - денежным переводом

Сумма перевода пишется:

- цифрами - прописью - все равно как

Охрана здоровья. Подчеркни известных работников мед. учреждений.

Санитар, садовник, повар, медсестра, врач, парикмахер, санитарка, лаборант, стоматолог, окулист, лор-врач, терапевт, хирург, столяр, плотник, сантехник, регистратор, фармацевт.

