

**Рабочая программа учебного предмета  
«Основы социальной жизни»  
( начальное общее образование) 5 класс**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена согласно Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана в соответствии с требованиями следующих **нормативно-правовых документов:**

- 1.Федеральный закон от 29.12 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- 2.Приказ Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 № 1026 « Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- 3.Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённая Приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 № 1026.
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Тальменская общеобразовательная школа- интернат», разработанная и утвержденная организацией(приказ от 30.08.2023 № 42-ОД)
5. Постановление от 10 июля 2015 г. № 26 об утверждении САНПИН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- 6.Учебный план КГБОУ «Тальменская общеобразовательная школа-интернат» на 2024-2025 учебный год.
- 7.Устав КГБОУ «Тальменская общеобразовательная школа-интернат»

Настоящая программа составлена с учётом возрастных и психофизических особенностей развития воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объёма сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья необходимые навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем мире, а также практически знакомиться с предприятиями, организациями и учреждениями, в которые им придётся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий службы быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса воспитанников и т. д.

Исходя из специфических особенностей региона, программа составлена на основе предмета «Основы социальной жизни». В неё внесены необходимые изменения, связанные с материальным обеспечением и нуждами школы-интерната.

**Цель учебного предмета** «Основы социальной жизни» заключается в дальнейшем развитии и совершенствовании социальной (жизненной) компетенции, 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 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.

### **Цели образовательно-коррекционной работы в 5 классе:**

- систематизация и расширение знаний учащихся о себе и ближайшем социуме;
- совершенствование речевых и коммуникативных умений школьников в части общения на учебные и бытовые темы;
- закрепление навыков самообслуживания и формирование доступных пятиклассникам умений в области домоводства;
- воспитание положительных качеств и свойств личности, культуры здорового образа жизни.

### **Принципы формирования и механизмы реализации программы**

В основу программы положены следующие **принципы**:

- принципы государственной политики РФ в области образования<sup>1</sup> (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);
- принцип коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса, обуславливающий развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;
- принцип практической направленности, предполагающий установление тесных связей между изучаемым материалом и практической деятельностью обучающихся; формирование знаний и умений, имеющих первостепенное значение для решения практико-ориентированных задач;
- принцип воспитывающего обучения, направленный на формирование у обучающихся нравственных представлений (правильно/неправильно; хорошо/плохо и т. д.) и понятий, адекватных способов поведения в разных социальных средах;
- онтогенетический принцип;
- принцип преемственности, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста;
- принцип целостности содержания образования, обеспечивающий наличие внутренних взаимосвязей и взаимозависимостей между отдельными предметными областями и учебными предметами, входящими в их состав;
- принцип учета возрастных особенностей обучающихся, определяющий содержание предметных областей и результаты личностных достижений;
- принцип учета особенностей психического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

---

<sup>1</sup> Статья 3 часть 1 Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ).

— принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивающий возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

— принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков, отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что позволяет обеспечить готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;

— принцип сотрудничества с семьей.

Механизмы реализации Программы учитывают особенности и образовательные потребности обучающихся, традиции КГБОУ «Тальменская общеобразовательная школа- интернат», имеющееся ресурсное обеспечение программы.

К основным механизмам реализации программ относятся урочная и внеурочная деятельность школьников, построенная на принципах дифференциации и индивидуализации образовательного процесса, в т.ч. обучение по индивидуальным учебным планам.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Специальные коррекционные занятия по основам социальной жизни направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

Учебная программа «Основы социальной жизни» строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по «Основы социальной жизни» является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Каждый раздел программы имеет свое продолжение.

На занятиях по основам социальной жизни следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях используются все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

### **Общая характеристика организации учебного процесса:**

На уроках применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа

#### **Технологии:**

разноуровневого и дифференцированного подхода;

здоровьесберегающие;

игровые;

лично-ориентированные;

информационно-коммуникативные.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные **методы** обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно – развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Так же на уроках «Основы социальной жизни» используются следующие **приёмы и средства** обучения: загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы. Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Все общеобразовательные предметы, изучаемые в школе, дают обучающимся определенный объем знаний и умений, необходимый им в жизни, способствуют расширению общего кругозора, формируют культурные потребности, воспитывают морально – этические нормы поведения.

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Основы социальной жизни» с такими предметами как: «Русский язык», «Чтение», «Математика», «Природоведение», «Биология». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету)

#### **Средства обучения:**

- печатные (учебники, учебные пособия, рабочие тетради);
- аудиовизуальные(слайды, слайд-фильмы, видеофильмы образовательные, фильмы на цифровых носителях);
- наглядно-плоскостные (таблицы, плакаты, иллюстрации);
- демонстрационные, графические (схемы, рисунки, чертежи);
- учебные приборы и приспособления;

**Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:**

- Беседа (диалог).
- Работа с книгой.
- Практическая деятельность.
- Самостоятельная работа
- Работа по карточкам.
- Работа по плакатам.

**Программа рассчитана на 68 часа (2 часа в неделю) в соответствии с учебным планом школы-интерната.**

Основная форма обучения – уроки, на которых происходит формирование у обучающихся теоретических знаний и практических умений. Продолжительность одного урока 40 минут.

Программа ориентирована на учебник Основы социальной жизни: 5 класс: для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы / С.В. Комарова, Е.Л.Александрова. -2-изд., стер.-Москва: Просвещение, 2024.-79, (1) с. : ил.

### **Планируемые результаты.**

#### **Минимальный уровень:**

- знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого;
- знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;
- представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи;
- соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи;
- представления о некоторых группах продуктов питания;
- приготовление несложных видов блюд под руководством взрослого;
- представления о различных видах средств связи, использование под руководством взрослого доступных средств связи для решения практических задач;
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах;
- соблюдение правил поведения в транспорте.

#### **Достаточный уровень:**

- соблюдение правил личной гигиены, в том числе по уходу за полостью рта, кожей рук и ног;
- некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, уход за комнатными растениями, уход за одеждой и обувью и др.);
- соблюдение правил поведения в доме и в общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения;
- самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд;
- пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач.

#### **Личностные результаты**

Изучение программы «Основы социальной жизни» в 5 классе ориентировано на целенаправленное достижение следующих личностных результатов, предусмотренных ПрАООП:

- 1) формирование адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 2) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 3) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 4) овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 5) формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 6) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Система оценки знаний обучающихся (промежуточная аттестация)**

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оценке подлежат личностные и предметные результаты.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов. При этом, некоторые личностные результаты (например, комплекс результатов: «формирования гражданского самосознания») могут быть оценены исключительно качественно.

Личностными результатами изучения «Основы социальной жизни» являются воспитание и развитие социально и личностно значимых качеств, индивидуально-личностных позиций, ценностных установок, раскрывающих отношение к труду, систему норм и правил межличностного общения, обеспечивающую успешность совместной деятельности.

Метапредметными результатами изучения «Основы социальной жизни» является освоение учащимися универсальных способов деятельности, применимых как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях.

Предметными результатами изучения «Основы социальной жизни» являются доступные по возрасту начальные сведения о технике, технологиях и технологической стороне труда, об основах культуры труда, элементарные умения предметно-преобразовательной деятельности, знания о различных профессиях и умения ориентироваться в мире профессий, элементарный опыт творческой и проектной деятельности.

#### **Критерии и нормы оценки знаний обучающихся по предмету «Основы социальной жизни»**

Целью обучения данному предмету является освоение воспитанниками системы социально значимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни, подготовка учащихся к взрослой жизни через овладение ими навыками самообслуживания, общения, приспособление их к жизни в обществе, воспитание у них максимально возможного уровня самостоятельности. Обучение организуется с учетом местных и региональных социально-бытовых, в том числе климатических, особенностей.

Оценка «5» ставится если, обучающийся усвоил учебный материал, соответственно его уровню обучения, при ответе допускает отдельные неточности или оговорки, но исправляет их с незначительной помощью учителя, допускает незначительные недостатки в планировании и анализе предстоящей работы, может применить полученные ранее знания.

Оценка «4» ставится если, обучающийся в основном усвоил учебный материал, соответствующий его уровню обучения, обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, воспроизводит его, отвечая на вопросы учителя, неточности в ответе исправляет при помощи наводящих вопросов.

Оценка «3» ставится если, обучающийся обнаруживает частичное знание и понимание основных положений темы, может, допуская неточности, ответить на некоторые вопросы по изучаемому материалу.

Оценка «2» не ставится.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся по учебному предмету «Основы социальной жизни» в 5 классе проводится на основании выявленных у обучающихся умений в доступной форме по овладению планируемыми личностными и предметными результатами освоения АООП.

Процедура промежуточной аттестации обучающихся проводится учителем класса в режиме текущего занятия. В групповом виде работы – учитель контролирует самостоятельность обучающихся при выполнении каждого задания, при необходимости оказывает помощь, показывая образец действия, или совместными действиями. В индивидуальном виде работы – учитель при необходимости помогает выполнять предметно-практическое действие.

Критерии:

- 0 баллов - обучающийся не понимает смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;
- 1 балл - выполняет только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;
- 2 балла - преимущественно выполняет тест по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;
- 3 балла - способен самостоятельно выполнять тест, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;
- 4 балла - способен самостоятельно выполнить тест, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;
- 5 баллов - самостоятельно выполняет тест.

Предмет	Класс	Вид контроля	Форма контроля	1 чет-верть	2 чет-верть	3 чет-верть	4 чет-верть
Основы социальной жизни	5	Текущая аттестация	тестирование	1	1	1	1
		Промежу-точная аттестация	Итоговое тестирование				1

## Содержание учебного предмета.

### Забота о себе.

*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.

### Домоводство.

*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.* 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.

### **О вкусной и здоровой пище.**

*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. Приготовление

### **Мир полезных устройств.**

*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.

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

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

*Водный транспорт.* Значение водного транспорта. Пристань. Порт.

*Авиационный транспорт.* Аэропорты, аэровокзалы.

*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.*

## **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.*

### Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Количество часов	Тип урока	Виды учебной деятельности	Цель коррекционной работы
<b>Забота о себе.</b>		<b>16 часов</b>		-слушание рассказа учителя о правилах выполнения утреннего и вечернего туалета его значении для организма человека; -участие в беседе по теме «Забота о себе»; о влиянии негативных , вредных веществ на организм -рассказ о самостоятельном выполнении правил личной гигиены; -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с дидактическим материалом; -просмотр презентации; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	<p>Развивать осознанное восприятие при знакомстве с предметами личной гигиены и активизировать слуховое внимание при изучении способов ухода за ними.</p> <p>следить за своей осанкой принимать правильную позу в положении сидя и стоя;</p> <p>- следить за своей походкой, жестикуляцией.</p>
1.	Забота о себе. Здоровье.	1 ч	Урок усвоения новых знаний		
2.	Негативное влияние на организм человека вредных веществ.				
3.	Утренняя гимнастика.	1ч	Усвоение и применение знаний, умений и навыков	-слушание рассказа учителя о зарядке -участие в беседе по теме урока; -рассказ о особенностях соблюдения личной гигиены подростка -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки,	

				взаимооценки.	
4.	Закаливание.	1 ч	Урок усвоения новых знаний	<ul style="list-style-type: none"> <li>-слушание рассказа учителя о закаливании организма и его значении для человека;</li> <li>-участие в беседе по теме «Закаливание»</li> <li>-рассказ о самостоятельном закаливании организма;</li> <li>-ответы на вопросы учителя;</li> <li>-выполнение записей в рабочей тетради;</li> <li>-работа с дидактическим материалом;</li> <li>-просмотр презентации;</li> <li>-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.</li> </ul>	
5.	Уход за волосами	1ч	Урок усвоения новых знаний	<ul style="list-style-type: none"> <li>-беседа с решением проблемных вопросов и ситуаций по теме «Уход за волосами».</li> <li>-ответы на вопросы учителя;</li> <li>-выполнение записей в рабочей тетради;</li> <li>-просмотр презентации;</li> <li>-работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.</li> </ul>	
6.	Забота о руках.	1ч	Усвоение и применение знаний, умений и навыков	<ul style="list-style-type: none"> <li>-слушание рассказа учителя;</li> <li>-участие в беседе по теме «Забота о руках»;</li> <li>-ответы на вопросы учителя;</li> <li>-выполнение записей в рабочей тетради;</li> <li>-просмотр презентации;</li> </ul>	
7.	Забота о ногах.	1ч	Урок усвоения новых знаний	<ul style="list-style-type: none"> <li>-слушание рассказа учителя;</li> <li>-участие в беседе по теме «Забота о ногах»;</li> <li>-ответы на вопросы учителя;</li> <li>-выполнение записей в рабочей тетради;</li> <li>-просмотр презентации;</li> </ul>	
8.	Забота о глазах.	1ч	Урок усвоения новых знаний	<ul style="list-style-type: none"> <li>-слушание рассказа учителя о правилах бережного отношения к зрению;</li> <li>-участие в беседе по теме «Гигиена зрения»;</li> <li>-ответы на вопросы учителя;</li> </ul>	

				-выполнение записей в рабочей тетради; -просмотр презентации; - выполнение заданий по учебнику -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	
9.	Виды медицинской помощи.	1 ч	Виды медицинской помощи.	слушание рассказа учителя о видах медицинской помощи -участие в беседе по теме «Виды доврачебной и врачебной помощи» -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с дидактическим материалом; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки. -выполнение практической работы по оказанию пмп	Развивать осознанное восприятие при практической работе по оказанию первой медицинской помощи. Активизировать мыслительную и речевую деятельность
10.	Виды медицинских учреждений.	1 ч	Виды медицинских учреждений.		
11.	Первая помощь. Уход за больным на дому.	1 ч	Первая помощь. Уход за больным на дому.		
12.	Меры предупреждений глистных заболеваний.	1 ч	Меры предупреждений глистных заболеваний.		
13.	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.	2 ч	Лекарственные растения и лекарственные препараты первой необходимости в домашней аптечке.		
14.	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	1 ч	Документы, подтверждающие нетрудоспособность.	-слушание рассказа учителя о лекарственных растениях и области их применения; -участие в беседе по теме урока; -ответы на вопросы учителя; -работа с дидактическим материалом (рассматривание гербария с лекарственными растениями, произрастающими в Алтайском крае, определение названий растений по внешнему виду); -выполнение записей в рабочей тетради; -просмотр презентации, видеофрагментов; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	
15.	Важные правила здорового человека.	1ч	Усвоение и применение знаний, умений	слушание рассказа учителя о правилах бережного отношения к зрению; -участие в беседе по теме «Важные правила здорового	

			и навыков	человека»; -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; Выполнение теста	
16.	Важные правила здорового человека.  <i>Контрольная (тест №1)</i>	1ч	контроль и коррекции знаний, умений и навыков		
<i>Домоводство.</i>		<b>16 часов</b>			
17.	Каким бывает дом.	1ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя о видах домов, их назначении; -участие в беседе о жилищных условиях учащихся; -описание личной комнаты; -ответы на вопросы учителя; -выполнение графического изображения планировки жилых помещений и расположения зон в жилой комнате в рабочей тетради; -работа с дидактическим материалом (рассматривание картинки с изображением комнат, определение назначения комнаты по внутренней обстановке); -просмотр презентации, видеофрагментов; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки	Активизировать мыслительные процессы и словесно-логическое мышление при восстановлении последовательности выполнения уборки жилого помещения, опираясь на жизненный опыт обучающихся, воспитанников
18.	Мебель в жилых помещениях. Убранство в жилых комнат.	1ч			
19.	Порядок в доме.	1ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя о порядке в доме; правилах уборке в доме; -участие в беседе -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради (виды уборки); -работа с дидактическим материалом -просмотр презентации, видеофрагментов; - выполнение практической работы. - работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценк	
20.	Генеральная уборка помещений.	1ч	Урок применение знаний, умений и навыков на практике		
21.	Комнатные растения	1 ч	Урок усвоения новых знаний		



22.	Уход за комнатными растениями (практическая работа)	1ч	Урок применение знаний, умений и навыков на практике	-ответы на вопросы учителя; -просмотр презентации, видеофрагментов; - выполнение практической работы.	
23.	Уход за комнатными растениями (практическая работа)	1ч	Урок применение знаний, умений и навыков на практике		
24.	По одежке встречают.	1 ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя о роли одежды в жизни человека -ответы на вопросы учителя; -работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением различных видов одежды) -выполнение записей в рабочей тетради -просмотр презентации, видеофрагментов; -выполнение практической работы -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	Развивать логическое восприятие при распределении одежды на категории: по сезонам и назначению  Развитие и коррекция внимательности и аккуратности при выполнении практической работы.
25.	Уход за одеждой.	1 ч	Урок усвоение и применение знаний, умений и навыков на практике		
26.	Техника безопасности при работе с утюгом. Утюжка изделия.	1ч	Практическая работа		
27.	Идеальная пара.	1 ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя об обуви, ее назначении; правилах ухода за обувью; -участие в беседе об уходе за личной обувью, правилах ее ношения, ухода за ней; -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради (виды обуви); - работа с дидактическим материалом (рассматривание картинок с изображением различных видов обуви, соотнесение видов обуви и времени года, посещаемого мероприятия);	Развивать логическое восприятие при распределении обуви на категории: по сезонам и назначению
28.	Уход за обувью.	1ч	Урок усвоение и применение знаний, умений и навыков на		

			практике	-просмотр презентации, видеофрагментов; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	
29.	Изготовление тренажера для шнуровки.	1ч	Практическая работа	- инструктаж. - изготовление тренажера для шнуровки, выполнение шнуровки разными способами. - работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	
30.	Выполнение шнуровки.	1ч	Практическая работа.	-выполнение тестового задания	
31.	Магазины по продаже одежды и обуви. Предприятия бытового обслуживания.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
32.	Важные правила аккуратного человека. <i>Контрольная (тест.№2)</i>	1 ч	Урок контроля и коррекции знаний, умений и навыков		
О вкусной и здоровой пище.		22 часа			
33.	Правила поведения на кухне. Гигиена приготовления пищи.	1ч	Урок усвоения новых знан	Работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).	Формирование навыка соблюдения санитарно-гигиенических требований, правил ТБ
34.	Оборудование кухни. Кухонная утварь.	1ч	Урок усвоения новых знан		
35.	Виды продуктов.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
36.	Магазины по продаже продуктов питания.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
37.	Еда для здоровья. Как правильно есть.	1 ч	Урок усвоения новых знан		
38.	Режим питания.	1 ч	Урок усвоения новых знан		
39.	Посуда для завтрака. Сервировка стола.	1ч	Комбинированн ый урок		Развивать мелкую моторику рук и эстетическое восприятие при знакомстве с кухонными приспособлениями и
40.	Напитки для завтрака. Чай.	1ч	Комбинированн ый урок	-словесно-иллюстративный рассказ с элементами	

41.	Хлеб и хлебобулочные изделия. Виды хлебной продукции.	1ч	Комбинированный урок	беседы.  -рассматривание наглядного материала.  - работа с рецептурой блюд - участие в беседе по теме урока; -рассказ о самостоятельном приготовлении блюд -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимеоценки.	элементарной сервировке кухонного стола мыть посуду моющими средствами.  -умение убирать кухню, свое рабочее место на кухне.
42.	Молоко и молочные продукты: виды, правила хранения.	1ч	Комбинированный урок		
43.	Яйца. Жиры.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
44.	Составление меню для завтрака.	1ч	Комбинированный урок		
45.	Приготовление бутербродов.	1	Комбинированный урок		
46.	Приготовление бутербродов.	1	Практическая работа		
47.	Блюда из яиц.	1ч	Комбинированный урок		
48.	Приготовление вареных яиц.	1ч	Практическая работа		
49.	Приготовление омлета.	1ч	Практическая работа		
50.	Приготовление омлета.	1ч	Практическая работа		
51.	Гренки.	1ч	Комбинированный урок		
52.	Приготовление гренков.	1ч	Практическая работа		
53.	Порядок на кухне.	1ч	Практическая работа		
54.	Здоровое питание. <i>Контрольная (тест №3)</i>	1ч	Урок контроля и коррекции знаний, умений и навыков		
Семья.		6 часов			
55.	Семья. Родственные отношения в семье.	1ч	Комбинированный урок	слушание рассказа учителя о семье, взаимоотношениях членов семьи между собой, определении степени родства членов семьи; -участие в беседе сложившихся семейных отношениях; -рассказ о членах своей семьи (называние ФИО, дня рождения месте работы);	Активизировать процессы припоминания при восстановлении родственных отношений в семье и
56.	Моя семья.	1ч	Комбинированный урок		
57.	Моя семья.	1ч	Комбинированный урок		

58.	Семейный досуг. Отдых.	1ч	Комбинированный урок	-ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради (запись ФИО родителей, близких родственников); -просмотр презентации, видеофрагментов; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки	записывании фамилии, имени, отчества своих близких родственников
59.	Семейные традиции.	1ч	Комбинированный урок		
60.	Экономика домашнего хозяйства.	1ч	Комбинированный урок		
Мир полезных устройств.		9 часов			
61.	Транспорт-это удобно. Виды транспорта.	1ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя о видах транспорта и его значении для человека; -участие в беседе по теме «Транспорт» -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с дидактическим материалом; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.	Развивать осознанное восприятие в процессе знакомства с городским транспортом и правилами поведения в нем.
62.	Городской транспорт. Оплата за проезд.	1 ч			
63.	На заметку пассажиру.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
64.	Основные средства связи. Зачем нужны средства связи.	1ч	Урок усвоения новых знаний	-слушание рассказа учителя о средствах связи(телефон,почта, интернет) и их значении для человека; -участие в беседе по теме -ответы на вопросы учителя; -выполнение записей в рабочей тетради; -работа с дидактическим материалом; -работа с листом оценивания, выполнение самооценки, взаимооценки.  Заполнение почтового адреса на открытке, почтовых конверте и переводе; на телеграмме и телеграфном переводе.	Расширять словарный запас по теме в процессе знакомства с видами предоставляемых услуг почты. Развивать зрительное и слуховое внимание и пространственную ориентировку в процессе пользования средствами связи
65.	Виды почтовых отправлений.	1ч	Урок усвоения новых знаний		
66.	Виды писем. Порядок отправления письма.	1ч	Комбинированный		
67.	Телефонная связь. Интернет-связь.	1 ч	Урок усвоения новых знаний		
68.	Безопасность при использовании средств связи. <i>Контрольная (тест.№4)</i>	1ч	Урок усвоения новых знаний		
Итого:		68 часов			

Для обеспечения реализации содержания программы, повышению коррекционно-воспитательного процесса, развитию познавательной деятельности, выработке навыков самостоятельности и сознательной дисциплины у учащихся используют специально оборудованный кабинет, с четко определенными и специально оборудованными зонами. Проведение уроков в специально оборудованном кабинете могут показать учащимся в каких жизненных ситуациях или видах деятельности они могут применить полученные знания и умения. Так же используются презентации, видеофрагменты, таблицы, плакаты, дидактический и раздаточный материал по основным темам для формирования наиболее полных и достоверных знаний.

**Для реализации программного содержания используются следующие учебные пособия:**

#### **Учебная литература**

1. учебник Основы социальной жизни: 5 класс: для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы / С.В. Комарова, Е.Л.Александрова. -2-изд., стер.-Москва: Просвещение, 2024.-79, (1) с. : ил.

#### **Научно – методическая литература**

Комарова, Софья Вадимовна. Основы социальной жизни : 5-й класс : методическое пособие к учебнику С. В. Комаровой, Е. Л. Александровой / С. В. Комарова, Е. Л. Александрова. — Москва : Просвещение, 2023. — 63, [1] с.

#### **Интернет-ресурсы**

1. <http://www.ed.gov.ru>,
2. <http://www.rfh.ru>,
3. <http://www.int-edu.ru>,
4. <http://www.rsl.ru>,
5. <http://www.gnpbu.ru>,
6. <http://www.pedlib.ru>,
7. <http://dic.academic.ru>,
8. <http://dictionary.fio.ru>,
9. <http://www.ug.ru>,
10. <http://skazochki.narod.ru>,
11. <http://www.uroki.net/>.



**Контрольная работа по ОСЖ за год**

**5 класс (1 уровень)**

**Из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его** √

<b>1. Лицо, шею, уши моют с мылом?</b>	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
<b>2. Полностью мыться (в бане) нужно не реже?</b>	1 раза в неделю 1 раз в месяц 2 раз в месяц
<b>3. Умываться нужно водой?</b>	горячей холодной тёплой
<b>4. Перед едой нужно?</b>	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
<b>5. После еды нужно?</b>	Прополоскать рот

	Вымыть голову Почистить уши
<b>6. Назови комнату, предназначенную для детей.</b>	
<b>7. Зачеркни лишнее. Семья – это</b>	мама, папа, подруга, брат, сестра, дедушка.
<b>8. Что делают с грязной резиновой обувью?</b>	Моют Сушат Чистят
<b>9. Как называется вид одежды, которую носят осенью-весной?</b>	Осенняя Весенняя Осенне-весенняя Демисезонная

**Контрольная работа по ОСЖ за год  
5 класс (2 уровень)**

**Из предложенных вариантов выбери правильный ответ, пометь его √**

<b>1. Лицо, шею, уши моют с мылом?</b>	2 раза в неделю ежедневно 1 раз в месяц
<b>2. Полностью мыться (в бане) нужно не реже?</b>	1 раза в неделю 1 раза в месяц 2 раз в месяц
<b>3. Умываться нужно водой?</b>	горячей холодной тёплой
<b>4. Перед едой нужно?</b>	Почистить зубы Вымыть руки Прополоскать рот
<b>5. После еды нужно?</b>	Прополоскать рот Вымыть голову Почистить уши
<b>6. Назови комнату, предназначенную для детей.</b>	
<b>7. Зачеркни лишнее. Семья – это</b>	мама, папа, подруга, брат, сестра, дедушка.



