

Министерство образования Свердловской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области, реализующее адаптированные основные
общеобразовательные программы, «Центр «Дар»

Утверждено приказом директора
ГБОУ «Центр «Дар» № ____ от «____» ____ 20_ г.

Рабочая программа по предмету Основы социальной жизни
для обучающихся 9а и 9б класса
(АООП вариант 1)

Составитель: Яковлева
Галина Александровна
Должность: учитель, 1 к.к.

Реж – 2025год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Основы социальной жизни» составлена на основе:

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, утвержденной приказом министерства просвещения №1026 от 24.11.22г.
- АООП «Центра «Дар»;

Учебный предмет "Основы социальной жизни" имеет своей целью практическую подготовку обучающихся с интеллектуальными нарушениями, к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

Основные задачи, которые призван решать этот учебный предмет, состоят в следующем:

расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг); развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

Программа создана из расчета 2 часа в неделю и рассчитана на 66 часов в год.

На основании протокола ППк №249 от 12.08.2025г. идет дифференциация обучающихся на группы.

Класс	Достаточный уровень	Минимальный уровень
9а	Сергеев Никита	Новопашина Екатерина
	Лепинских Кирилл	
	Шабурова Валерия	
	Гарипова Светлана	
9б	Першин Кирилл	
	Перминов Дмитрий	
	Николаев Максим	

	Овчинникова Мария	
	Шатохина Анна	
	Ржанникова Ульяна	

Планируемые результаты

Достаточный уровень	Минимальный уровень	Уровень ниже минимального
знание способов хранения и переработки продуктов питания; составление ежедневного меню из предложенных продуктов питания; самостоятельное приготовление несложных знакомых блюд; самостоятельное совершение покупок товаров ежедневного назначения; соблюдение правил личной гигиены по уходу за полостью рта, волосами, кожей рук; соблюдение правила поведения в доме и общественных местах; представления о морально-этических нормах поведения; некоторые навыки ведения домашнего хозяйства (уборка дома, стирка белья, мытье посуды); навыки обращения в различные медицинские учреждения (под руководством взрослого); пользование различными средствами связи для решения практических житейских задач; знание основных статей семейного бюджета; коллективный расчет расходов и доходов семейного бюджета; составление различных видов деловых бумаг под руководством педагогического работника с целью	знание отдельных видов продуктов питания, относящихся к различным группам; понимание их значения для здорового образа жизни человека; приготовление несложных видов блюд под руководством педагогического работника; представления о санитарно-гигиенических требованиях к процессу приготовления пищи; соблюдение требований техники безопасности при приготовлении пищи; знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними; соблюдение усвоенных правил в повседневной жизни; знание правил личной гигиены и их выполнение под руководством взрослого; знание названий предприятий бытового обслуживания и их назначения; решение типовых практических задач под руководством педагогического работника посредством обращения в предприятия бытового обслуживания; знание названий торговых организаций, их видов и назначения; совершение покупок различных товаров под руководством взрослого; первоначальные представления о статьях	представления о разных группах продуктов питания; знание отдельных видов одежды и обуви, некоторых правил ухода за ними;

обращения в различные организации социального назначения.	семейного бюджета; представления о различных видах средств связи; знание и соблюдение правил поведения в общественных местах (магазинах, транспорте, музеях, медицинских учреждениях); знание названий организаций социальной направленности и их назначения;	
Достаточный уровень	Минимальный уровень	Уровень ниже минимального
• понимать содержание учебных заданий, выполнять их самостоятельно или с помощью учителя; • владеть элементами самоконтроля при выполнении заданий; • владеть элементами оценки и самооценки. • уметь самостоятельно исправлять ошибки.	• уметь последовательно отвечать на вопросы по основным темам, выбирать правильный ответ из ряда предложенных вариантов (заданий); • уметь слушать учителя, выполнять предложенные виды заданий по образцу; • использовать помощь при выполнении учебных задач; • усвоить элементы контроля учебной деятельности (помощью памяток, инструкций, опорных схем); • адекватно реагировать на оценку учебных действий.	Выполнять задания при максимальной помощи со стороны (учителя, одноклассников)

Календарно-тематическое планирование

Тема	Кол-во часов	Дата	
Повторение.	1		
Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ	1		
Экскурсия «Пришкольный участок»	1		

Практическая работа «Садовые работы на пришкольном участке.»	1		
Практическая работа: уборка овощных культур.	1		
Практическая работа: уборка садового инвентаря после сезонной работы.	1		
Интерьер жилого дома. Стекло и зеркала в интерьере	1		
Практическая работа: «Рациональная расстановка мебели»	1		
Сохранение жилищного фонда	1		
Практическая работа: «Чтение квитанций за коммунальные услуги»	1		
Последствия вредных привычек для организма человека	1		
Практическая работа: «Курение и алкоголь: в чём опасность?»	1		
Значение физических упражнений: в здоровом теле –здоровый дух.	1		
Контрольная работа по разделу «Жилище»	1		
Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению	1		
Практическая работа: «Уход за больным» (кабинет медика) (16)	1		
Стиль одежды, мода. Обновление одежды	1		
Экскурсия: «Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением»	1		
Санитарное состояние кухни, гигиена приготовления пищи (повторение)	1		
Правила техники безопасности при работе с режущими предметами, электроприборами	1		
Проверочная работа: «Правила работы на кухне»	1		
Диетическое питание	1		
Практическая работа: «Подбор рецептов диетического питания»	1		
Практическая работа: «Составление меню диетического питания на день, неделю»	1		
Технология приготовления диетической пиццы с овощами	1		
Практическая работа: «Пицца с овощами»	1		
Питание детей ясельного возраста. Технология приготовления манной каши на молоке	1		
Практическая работа: «Манная каша на молоке»	1		
Сервировка праздничного стола	1		
Контрольная работа: по разделу «питание »	1		
Национальные блюда разных стран. Русские национальные блюда.	1		
Практическая работа: «Национальное блюдо - блины» (16)	1		
Технология приготовления вареников с картофелем	1		
Практическая работа: «Национальное блюдо – вареники с картофелем»	1		
Технология приготовления ватрушки с творогом	1		

Практическая работа: «Национальное блюдо – ватрушка с творогом»	1		
Практическая работа: «Сервировка праздничного стола»	1		
Практическая работа: «Салфетки для праздничного стола»	1		
Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).	1		
Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни	1		
Денежные переводы: виды, стоимость	1		
Экскурсия: «Заполнение бланков на отправление денежного перевода»	1		
Виды транспорта (повторение материала за 5-8 классы). Авиатранспорт	1		
Аэропорт: службы, порядок приобретения билетов	1		
Правила поведения в самолёте. Багаж	1		
Творческая работа: «Ручная кладь и багаж»	1		
«Порядок организации авиа перелёта»	1		
«Стоимость авиа перелётов, порядок посадки на рейс»	1		
Творческая работа: «Я лечу в другую страну»	1		
Контрольная работа по разделу: транспорт	1		
Предприятия бытового обслуживания	1		
Экскурсия: предприятие бытового обслуживания – парикмахерская. (20)	1		
Российская семья. Семейный кодекс РФ. Основные виды семейных отношений. Семейные традиции	1		
Практическая работа: «Брачный договор»	1		
Домашний бюджет	1		
Ответственность родителей за будущее ребенка	1		
Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Новорожденный в семье	1		
Грудной ребенок в семье	1		
Закон Российской Федерации о браке и семье.	1		
Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в современном обществе.	1		
Обобщение пройденной темы	1		
Годовая контрольная работа: я готов к самостоятельной жизни	1		
Практическая работа: «Обработка клумб для высадки цветочной рассады»	1		
Практическая работа: «Высадка цветочной рассады в грунт»	1		
Практическая работа: ««Подготовка почвы к посадке овощных культур»	1		

Практическая работа: «Посадка овощных культур»	1		
--	---	--	--

Тема, раздел	Содержание	Виды деятельности, формы работы		
		Минимальный уровень	Достаточный уровень	Ниже минимального
Повторение. (2ч)	Повторение материала пройденного в 8 классе	Повторяют и обобщают изученный материал за 8 класс. Участвуют в викторине, отгадывают загадки, ребусы. Выполняют по образцу элементарные задания с помощью учителя от начала до конца.	Повторяют и обобщают изученный материал за 8 класс. Участвуют в викторине, отгадывают загадки, ребусы. Понимают учебные задачи и стараются их выполнять. Выполняют элементарные задания по инструкции с помощью учителя от начала до конца.	Повторяют изученный материал за 8 класс за учителем или одноклассниками. Выполняют по образцу элементарные задания с максимальной помощью учителя или одноклассников.
1. Повторение.				
2. Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ				
Жилище (8ч)	Работа на пришкольном участке. Интерьер. Рациональная расстановка мебели в квартире. Сохранение жилищного фонда.	Перечисляют правила расстановки мебели в квартире. Объясняют требования к подбору интерьера, светильников и других деталей. Расставляют мебель в квартире (на макете). Подбирают детали интерьера. Называют правила сохранения жилищного фонда. С помощью учителя.	Перечисляют правила расстановки мебели в квартире. Объясняют требования к подбору интерьера, светильников и других деталей. Расставляют мебель в квартире (на макете). Подбирают детали интерьера. Называют правила сохранения жилищного фонда.	Повторяют за учителем или одноклассниками правила расстановки мебели в квартире. требования к подбору интерьера, светильников и других деталей. Расставляют мебель в квартире (на макете) с максимальной помощью учителя или одноклассников..
Экскурсия «Пришкольный участок»				
Практическая работа «Садовые работы на пришкольном участке.»				
Практическая работа: уборка овощных культур.				
Практическая работа: уборка садового инвентаря после сезонной работы.				
Интерьер жилого дома. Стекло и зеркала в				

интерьере				
Практическая работа: «Рациональная расстановка мебели»				
Сохранение жилищного фонда				
Практическая работа: «Чтение квитанций за коммунальные услуги»				
Личная гигиена и здоровье (4ч)	Здоровый образ жизни- одно из условий успеха в жизни человека. Вред курения, алкоголя и наркотиков. Значение физических упражнений: в здоровом теле -здоровый дух. Современные спортивные увлечения.	Рассказывают о необходимости соблюдения здорового образа жизни. Перечисляют современные спортивные увлечения. Объясняют вред воздействия алкоголя, наркотиков и табака на организм человека. С помощью учителя.	Рассказывают о необходимости соблюдения здорового образа жизни. Перечисляют современные спортивные увлечения. Объясняют вред воздействия алкоголя, наркотиков и табака на организм человека	Повторяют за учителем или одноклассниками о необходимости соблюдения здорового образа жизни.
Последствия вредных привычек для организма человека				
Практическая работа: «Курение и алкоголь: в чём опасность?»				
Значение физических упражнений: в здоровом теле –здоровый дух.				
Контрольная работа по разделу «Жилище»				
Охрана здоровья (2ч)	Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Документы, подтверждающие нетрудоспособность: справка, и лист нетрудоспособности. Уход за больным. Уход за больным: измерение температуры, наложение горчичников, чтение аннотаций к лекарствам, смена постельного белья.	Перечисляют инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Рассказывают о правилах ухода за больным. Объясняют условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным). С помощью учителя.	Перечисляют инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. Рассказывают о правилах ухода за больным. Объясняют условия освобождения от работы (по болезни, для ухода за больным).	Повторяют за учителем или одноклассниками инфекционные заболевания и меры по их предупреждению. - правила ухода за больным.
Инфекционные заболевания и меры по их предупреждению				
Практическая работа: «Уход за больным» (кабинет медика)				

	Пр.р.			
Одежда и обувь (2ч)	Стиль одежды, мода.	Определяют стиль в одежде.	Определяют стиль в одежде.	Повторяют за учителем
Стиль одежды, мода.	Обновление одежды (замена мелких деталей). Внешний вид молодого человека и средства выражения индивидуальности. Выбор одежды и обуви при покупке.	Рассказывают о способах обновления одежды с помощью мелких деталей. Перечисляют средства для выражения индивидуальности.	Рассказывают о способах обновления одежды с помощью мелких деталей. Перечисляют средства для выражения индивидуальности. Объясняют правила рационального выбора одежды и обуви при покупке, учитывая их назначение и собственные возможности	или одноклассниками о способах обновления одежды с помощью мелких деталей.
Обновление одежды	Определение размеров одежды и обуви, примерка одежды и обуви. Пр.р.	Объясняют правила рационального выбора одежды и обуви при покупке, учитывая их назначение и собственные возможности. С помощью учителя.		- средства для выражения индивидуальности.
Практическая работа: «Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением»	Выведение мелких пятен с одежды в домашних условиях. Выведение пятен. Пр.р.			-правила рационального выбора одежды и обуви при покупке, учитывая их назначение и собственные возможности.
Питание (20ч)	Приготовление национальных блюд.	Перечисляют способы приготовления национальных блюд.	Перечисляют способы приготовления национальных блюд.	Повторяют за учителем
Санитарное состояние кухни, гигиена приготовления пищи (повторение)	Приготовление национального блюда. Пр.р.	Объясняют правила сервировки праздничного стола. Составляют меню праздничного стола.	Объясняют правила сервировки праздничного стола. Составляют меню праздничного стола. Называют блюда для детей ясельного возраста. Составляют меню для ребенка ясельного возраста. Перечисляют диетические блюда	или одноклассниками способы приготовления национальных блюд.
Правила техники безопасности при работе с режущими предметами, электроприборами	Меню праздничного стола. Составление меню праздничного стола. Пр.р.	Составляют меню праздничного стола. Называют блюда для детей ясельного возраста.		- правила сервировки праздничного стола.
Проверочная работа: «Правила работы на кухне»	Сервировка праздничного стола. Пр.р.	Составляют меню для ребенка ясельного возраста. Перечисляют диетические блюда. С помощью учителя.		- блюда для детей ясельного возраста.
Диетическое питание	Питание детей ясельного возраста.			
Практическая работа: «Подбор рецептов диетического питания»	Приготовление блюда для детей ясельного возраста. Пр.р.			
Практическая работа: «Составление меню	Приготовление диетического блюда. Пр.р.			

диетического питания на день, неделю»				
Технология приготовления диетической пиццы с овощами				
Практическая работа: «Пицца с овощами»				
Питание детей ясельного возраста. Технология приготовления манной каши на молоке				
Практическая работа: «Манная каша на молоке»				
Сервировка праздничного стола				
Контрольная работа: по разделу «питание »				
Национальные блюда разных стран. Русские национальные блюда.				
Практическая работа: «Национальное блюдо - блины»				
Технология приготовления вареников с картофелем				
Практическая работа: «Национальное блюдо – вареники с картофелем»				
Технология приготовления ватрушки с творогом				
Практическая работа: «Национальное блюдо – ватрушка с творогом»				
Практическая работа: «Сервировка праздничного стола»				

Практическая работа: «Салфетки для праздничного стола»				
Средства связи (4ч)	Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет). Правила пользования основными средствами связи. Пр.р. Мультикасса. Денежные переводы. Виды переводов.	Рассказывают о современных видах связи. Сравнивают сотовую связь, факс и интернет. Знакомятся с видами денежных переводов. Различают виды денежных переводов. Определяют стоимость денежных переводов. С помощью учителя.	Рассказывают о современных видах связи. Сравнивают сотовую связь, факс и интернет. Знакомятся с видами денежных переводов. Различают виды денежных переводов. Определяют стоимость денежных переводов	Повторяют за учителем или одноклассниками современные виды связи. - виды денежных переводов.
Виды связи (сотовая, автоответчик, факс, интернет).				
Интернет-связь. Электронная почта. Видео-связь (скайп). Особенности, значение в современной жизни				
Денежные переводы: виды, стоимость				
Экскурсия: «Заполнение бланков на отправление денежного перевода»				
Транспорт (8ч)	Авиатранспорт. Аэровокзал. Маршруты. Порядок приобретения билетов. Регистрация рейсов. Стоимость проезда. Экскурсия в кассу Аэрофлота. Сюжетно-ролевая игра "На каникулы летим самолетом".	Описывают авиатранспорт, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет, службы аэровокзала. Называют основные маршруты самолетов. Определяют маршруты и выбирают транспортные средства. С помощью учителя.	Описывают авиатранспорт, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет, службы аэровокзала. Называют основные маршруты самолетов. Определяют маршруты и выбирают транспортные средства.	Повторяют за учителем или одноклассниками авиатранспорт, порядок приобретения и возврата билетов, правила посадки в самолет, службы аэровокзала.
Виды транспорта (повторение материала за 5-8 классы). Авиатранспорт				
Аэропорт: службы, порядок приобретения билетов				
Правила поведения в самолёте. Багаж				
Творческая работа: «Ручная кладь и багаж»				
«Порядок организации авиа перелёта»				
«Стоимость авиа перелётов, порядок посадки на рейс»				
Творческая работа: «Я лечу в другую страну»				

Контрольная работа по разделу: транспорт				
Предприятия, организации, учреждения. (2ч)	Предприятия бытового обслуживания населения, их назначение. Виды услуг.	Характеризуют предприятия бытового обслуживания. Определяют назначение предприятий бытового обслуживания. Различают виды оказываемых ими услуг. Объясняют правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания. Перечисляют профессии работников предприятий. (с помощью учителя)	Характеризуют предприятия бытового обслуживания. Определяют назначение предприятий бытового обслуживания. Различают виды оказываемых ими услуг. Объясняют правила пользования услугами предприятий бытового обслуживания. Перечисляют профессии работников предприятий.	Повторяют за учителем или одноклассниками характеристики предприятия бытового обслуживания. -назначение предприятий бытового обслуживания. - виды оказываемых ими услуг. -профессии работников предприятий. (с помощью учителя)
Предприятия бытового обслуживания	Правила пользования услугами предприятиями бытового обслуживания.			
Экскурсия: предприятие бытового обслуживания – парикмахерская.				
Семья (10ч)	Основы семейного очага (условия для создания семьи, семейные отношения, семейные традиции). Закон Российской Федерации о браке и семье.	Рассказывают о порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье. Перечисляют морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях. Распределяют обязанности между членами семьи. С помощью учителя.	Рассказывают о порядке и условиях заключения и расторжения брака, основах семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье. Перечисляют морально-этические нормы взаимоотношений в семье, об обязанностях членов семьи, связанных с заботой о детях. Распределяют обязанности между членами семьи.	Повторяют за учителем или одноклассниками порядок и условия заключения и расторжения брака, основы семейных отношений, семейных традициях, организации досуга и отдыха в семье. - обязанности между членами семьи.
Российская семья. Семейный кодекс РФ. Основные виды семейных отношений. Семейные традиции	Взаимоотношения в семье.			
Практическая работа: «Брачный договор»	Культуры поведения в современном обществе.			
Домашний бюджет	Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи. Семейные ситуации. Пр.р.			
Ответственность родителей за будущее ребенка				
Поведение родителей в семье, где ждут ребенка. Новорожденный в семье				
Грудной ребенок в семье				
Закон Российской Федерации о браке и семье.				
Взаимоотношения в семье. Культуры поведения в				

современном обществе.				
Обобщение пройденной темы				
Годовая контрольная работа: я готов к самостоятельной жизни				
Жилище (4ч)				
Практическая работа: «Обработка клумб для высадки цветочной рассады»				
Практическая работа: «Высадка цветочной рассады в грунт»	Весенние работы на пришкольном участке	Работают на пришкольном участке с помощью учителя	Работают на пришкольном участке	Повторяют действия за учителем или одноклассниками
Практическая работа: ««Подготовка почвы к посадке овощных культур»				
Практическая работа: «Посадка овощных культур»				

График экскурсий

Экскурсия «Пришкольный участок»
Экскурсия: «Выбор одежды и обуви при покупке в соответствии с назначением»
Экскурсия: «Заполнение бланков на отправление денежного перевода»
Экскурсия: предприятие бытового обслуживания – парикмахерская.

График контрольных работ

Вводная контрольная работа: что такое ОСЖ	Сентябрь
Контрольная работа по разделу «Жилище»	Октябрь
Контрольная работа: по разделу «питание »	Декабрь
Контрольная работа по разделу: транспорт	Март
Годовая контрольная работа: я готов к самостоятельной жизни	Май

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При устном опросе:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: правильно понимает сущность вопроса, может с помощью учителя или самостоятельно сформулировать ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки.

-Оценка «4» ставится в том случае, если ответ удовлетворяет названным выше требованиям, но обучающийся: допускает неточности, оговорки и может их исправить самостоятельно, или при небольшой помощи учителя. Если обучающийся в ходе ответа замечает и самостоятельно исправляет допущенные ошибки, то ему может быть поставлена отметка «5».

-Оценка «3» ставится в том случае, если обучающийся правильно понимает сущность рассматриваемых понятий, но при ответе: обнаруживает отдельные пробелы в усвоении существенных вопросов, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; испытывает затруднения в определении основных понятий, определений, правил; отвечает неполно на вопросы учителя, недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение, нуждается в постоянной помощи учителя; не может применить знания в новой ситуации и связать с ранее изученным материалом.

При выполнении письменных самостоятельных и контрольных работ:

-Оценка «5» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя в полном объеме или выполнил работу в объеме, который соответствует учёту психофизических особенностей обучающегося; допустил 1-3 недочета или 1-2 ошибку, с учётом специфических ошибок для данной группы обучающихся.

- Оценка «4» ставится, если обучающийся: правильно выполнил большую часть работы (свыше 50 %); допустил 2-3 ошибки.

- Оценка «3» ставится, если обучающийся: выполнил работу самостоятельно или с незначительной помощью учителя правильно (30%-50%); выполнил ½ всей работы правильно с использованием необходимой наглядности.

Вводная контрольная работа по предмету ОСЖ 9 класс

Имя, фамилия, класс _____

1. Проставьте последовательность этапов приготовления макаронных изделий:

- промыть изделие - варить до готовности
- засыпать изделие в воду - налить воду в кастрюлю
- довести воду до кипения - посолить воду

2. Варить овощи для винегрета и салатов следует:

- очищенными - нарезанными крупными кусками
- неочищенными - нарезанными мелкими кусками

3. Запишите ряд молочных продуктов, изготовленных из молока:

- _____ - _____
- _____ - _____
- _____ - _____

4. Запишите основные этапы уборки жилого помещения:

- _____ - _____
- _____ - _____
- _____ - _____
- _____ - _____

5. Расставьте номера операций при стирке белья:

- стирка - полоскание
- сортировка - утюжка
- замачивание – сушка

6. Напишите названия услуг, предоставляемых почтовым отделением:

- _____ - _____
- _____ - _____
- _____ - _____

7. В каком отделе вы будете покупать соль в продуктовом магазине?

- кондитерский - молочный
- бакалейный - фрукты, овощи

8. При пищевом отравлении надо:

- очистить желудок, выпив 2 литра воды и вызвав рвоту, после чего выпить активированный уголь
- выпить 2-3 стакана молока и лечь отдыхать
- вызвать скорую

9. Назовите прибор для быстрого смешивания продуктов, взбивания и приготовления коктейлей:

- это _____

10. Назовите ручной механизм для смешивания и взбивания продуктов:

- это _____

11. Назовите приспособление для измельчения морковки:

- это _____

12. Назовите, какая маркировка проставлена на разделочной доске для вареных овощей:

- ВО

- СР

— СО

13. Признаками недоброкачественной рыбы являются:

- жабры красного цвета - глаза полные и светлые

- жабры белого цвета - отделение мяса от костей

- неприятный запах

14. Перечислите правила поведения в общественном транспорте:

- _____

- _____

- _____

- _____

Контрольная работа за 1 четверть по предмету ОСЖ 9 класс

Фамилия, имя, класс _____

1. Зачеркните лишнее:

Жилые помещения – это квартиры, общежития, дома, офисы.

2. Допишите предложение:

В квартире должно быть светло, _____.

3. Напишите варианты помещений в два столбика:

Жилые помещения

Подсобные помещения

4. Заполните таблицу:

Назначение зон, которые должны быть в квартире	название
Для сна	
Для занятий	
Общие зоны для отдыха	
Хозяйственная зона	

5. Рассмотрите изображенные на рисунках предметы, подпишите название и устно объясните, для чего они служат:





6. Подчеркните правильный ответ.

Относится ли наша школа к жилому помещению:

- а) да
- б) нет

7. Рассмотрите рисунки и исключите дом не пригодный для жилья



8. Заполните таблицу.

Правила	Краткое объяснение
Бережно относится к зданиям	
Аккуратно выносить мусор	
Бережное пользование лифтом	
Своевременный ремонт квартиры	
Уборка на лестничной площадке или возле дома	
Косметический ремонт квартиры	

Контрольная работа за 2 четверть по предмету ОСЖ 9 класс

Фамилия, имя _____

1. Где можно хранить продукты?

- Как хранят готовые блюда?

- Где нужно хранить крупу, муку?

- 2. Национальное блюдо** – это блюдо, которое готовят преимущественно представители какой-то одной национальности.
Например: расстегаи – блюдо русской кухни, сациви – блюдо грузинской кухни, вареники – блюдо украинской кухни и т.д.

Русская национальная кухня прославилась своими первыми блюдами: щи, борщи, рассольники, ботвиньи, свекольники и уха. Ярко характеризуют русскую кухню блины, солянка, окрошка, пельмени.

- Прочитайте и подпишите. Какое меню относится к русской кухне?

Меню 1.

Вареники

Хлеб с маслом

Молоко

Меню 2.

Окрошка

Хлеб с сыром

Чай

Меню 3.

Бешбармак

Лепешка

Кумыс

- Напишите, какие блюда готовят в вашей семье?

3. Борщ — разновидность первых блюд, вид супа, овощное блюдо (часто с мясом или грибами).

- Прочитайте и допишите:

Продукты для борща:

Картофель

Морковь

Мясо

Лук

- Чем отличаются щи от борща? _____

- Составить технологическую карту приготовления борща.

Инвентарь и посуда: _____

Продукты: _____

4. Составить праздничное меню для мамы, учитывая свои знания и умения.

Меню обеда для мамы:

Первое блюдо

Второе блюдо

Закуски

Салат

Напиток

Десерт

5. Ответь на вопрос, кому рекомендуют диетическое питание?

- Подчеркни блюда, которые подходят к диетическому питанию

Каши, кофе, жареные котлеты из свинины, пюре картофельное, овощи тушеные, котлеты на пару, котлета рыбная, шашлык, сельдь соленая, овощи, фрукты, молоко, кефир, омлет, голубцы, курица отварная.

6. Составить поговорку:

ЗАВТРАК

ОБЕД

УЖИН

Слова для справок: _____ съешь сам, _____ отдай врагу, _____ поделись с другом

Контрольная работа за 3 четверть по предмету ОСЖ 9класс

Фамилия, имя _____

1. Главное назначение воздушного транспорта.

Выбери правильный ответ.

- А) Развлечение туристов;
- Б) пассажирские перевозки на расстоянии свыше тысячи километров;
- В) покупка и продажа товаров;
- Г) перевозка животных.

2. Осуществляет ли воздушный транспорт грузовые перевозки?

Выбери правильный ответ.

- А) Нет, это слишком дорого;
- Б) Да, перевозит любые грузы;
- В) Да, но перевозит только почту, ценные грузы и скоропортящиеся продукты;
- Г) Перевозит только почту.

3. Преимущества воздушного транспорта.

Выбери правильные ответы.

- А) Возможность доставки грузов и людей в труднодоступные места (вертолет);
- Б) Билет стоит недорого;
- В) Самолет может приземлиться в любом месте;
- Г) Высокая скорость;

4. Недостатки воздушного транспорта.

Выбери правильные ответы.

- А) Высокая стоимость перевозок;
- Б) Высокая скорость;
- Г) Зависимость от погоды;
- Д) Может осуществлять перевозки в любое время суток.

5. Аэропорт состоит из....

Выбери правильный ответ.

- А) Аэродрома и взлетной полосы;
- Б) Аэровокзала и аэродрома;
- В) Вокзала и взлетной полосы;
- Г) Автовокзала и аэродрома.

6. На аэровокзале находятся.....

Выбери правильные ответы.

- А) Стойка регистрации пассажиров;
- Б) Службы безопасности;
- В) Кинотеатр;
- Г) Гостиница;
- Д) Зал ожидания.

7. Где можно приобрести билет на самолет?

Выбери правильные ответы.

- А) Через интернет;
- Б) В любой кассе;
- В) В кассе авиакомпании;
- Г) В банке.

8. Как называется внутреннее помещение самолета?

Выбери один ответ.

- А) Трап;
- Б) кабина;
- В) салон;
- Г) класс.

9. Как называется специалист на воздушном судне, выполняющий работы по обслуживанию пассажиров?

Выбери один ответ.

- А) Проводник;
- Б) Кассир;

- В) Охранник;
- Г) Стюардесса, стюард.

10. Как называется лестница, по которой пассажиры поднимаются на борт самолета?

- А) Салон;
- Б) Трап;
- В) Стремянка;
- Г) Лесенка.

11. Как называются вещи, которые можно взять с собой в салон самолета?

- А) Багаж;
- Б) Чемодан;
- В) Сумка;
- Г) Ручная кладь.

12. Как называются вещи, которые сдают при регистрации на рейс?

- А) Ручная кладь;
- Б) Чемодан;
- В) Багаж;
- Г) Сумка.

Годовая контрольная работа по предмету ОСЖ 9 класс

Фамилия, имя, класс _____

Внимательно прочитайте вопросы и обведите кружком букву варианта правильного ответа.

1. Что относится к здоровому образу жизни?

- а) курение;
- б) закаливание организма;
- в) алкоголизм;

г) наркомания.

2. Что относится к основным статьям расхода?

- а) коммунальные услуги;
- б) оплата проезда;
- в) ремонт одежды, обуви;
- г) расходы на крупные покупки.

3. В чем смысл сбережений?

- а) деньги просто хранятся;
- б) накапливаются средства для крупной покупки;
- в) деньги можно будет потратить в один день;
- г) чувствуешь себя уверенно.

6. Как называется денежное возмещение, выплачиваемое страховым

учреждением страхователю?

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

8. Что обязательно надо знать при покупке одежды и обуви для себя?

- а) свой возраст;
- б) свой размер;
- в) свой вес;
- г) свой стиль.

11. Интерьер – это:

- а) внешнее убранство дома,
- б) внутреннее убранство дома;
- в) внешнее и внутреннее убранство дома.

13. Выбери службы вокзала:

- а) касса;
- з) зал ожидания;

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| б) пункт обмена валют; | к) зал приема гостей; |
| в) расписание; | л) милиция; |
| г) таможенной контроль; | м) служба газа; |
| д) стоматологический кабинет; | п) комната матери и ребенка; |
| е) справочная служба; | р) медпункт; |
| ж) камера хранения, | с) туалет. |

14. Как называется рынок, где продают продукты?

- а) оптовый;
- б) продовольственный;
- в) крытый.

16. Лечебное питание по рекомендации врача называется:

- а) разнообразное;
- б) диетическое;
- в) одноразовое.

17. Какой кодекс регулирует условия и порядок вступления в брак?

- а) уголовный;
- б) семейный;
- в) трудовой;
- г) земельный.

18. Брачный возраст с :

- а) 14 лет;
- б) 21 год;
- в) 18 лет.

19. Что относится к удовлетворению культурных потребностей?

- а) покупка художественной литературы;
- б) покупка новой одежды;
- в) приобретение билетов в кино, театр;
- г) приобретение новой мебели;

[illegible]

б	ю	д	ж	е	т	=																								

25. Отметь цифрами правильный порядок действий при покупке билета на автобус:

№	проверить сдачу
№	назвать время и дату отправления
№	назвать № автобуса
№	оплатить стоимость проезда
№	назвать пункт назначения
№	положить билет и деньги в карман

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 162597629024552560771860534290451572951297962795

Владелец Шляпникова Надежда Ивановна

Действителен с 02.10.2024 по 02.10.2025