

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение ю
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от «29» августа 2025 г.

Введено

в действие приказом
№ 115-о от «01» сентября 2024 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»
_____ Л.Р. Мартынова

**Рабочая программа по предмету
ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ
для 5 класса (обучающихся с интеллектуальными нарушениями)
вариант 1
2 ч. в неделю; 68ч. в год**

**Составитель: Тютюгина О.И., учитель
высшей квалификационной категории**

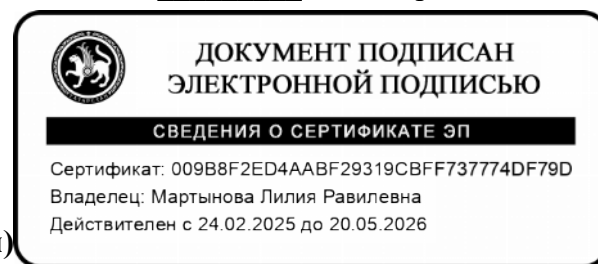
Согласовано:

Зам. директора по УР: _____ И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено:

на заседании ШМО, протокол № 1 от «28» августа 2025 г.

Руководитель ШМО: _____ Шарипова М.Г.



Альметьевск – 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа

Рабочая программа по русскому языку разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;
- Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с интеллектуальными нарушениями (ФАООП УО (ИН)), утвержденной Министерством просвещения РФ, приказ от 24.11.2022 г. № 1026;
- Учебного плана Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания Альметьевской школы-интерната;
- Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях;

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Программа «Основы социальной жизни» составлена с учетом возможностей учащихся с интеллектуальными нарушениями, уровня их знаний и умений и ориентирована на:

- развитие навыков самообслуживания, самостоятельного ведения домашнего хозяйства, ориентировки в ближайшем окружении и возможности более широкой жизненной ориентации, обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- усвоение морально-этических норм поведения, навыков общения с людьми в разных жизненных ситуациях;
- понимание роли семьи и семейных отношений в жизни человека, общества и государства, в воспитании и развитии ребенка, сохранении и укреплении его соматического, физического и психического здоровья, формировании правильного уклада семейных отношений.

Программа состоит из разделов, при изучении которых у учащихся формируются социально- бытовые компетентности:

1. «Личная гигиена и здоровье» - знание и соблюдение правил личной гигиены, пропаганда ЗОЖ.
2. «Охрана здоровья - знание и порядок оказания различных видов медицинской помощи, уход за больным в домашних условиях.
3. «Жилище» - знание основных требований к жилищу, умение выполнять планировку, обустройство и сохранение жилищного фонда. Умение пользоваться электробытовыми приборами (пылесос, холодильник, морозильник, мясорубка, овощерезка, стиральные машины).
4. «Одежда и обувь» - овладение основными способами ухода за различными видами одежды, обуви и головных уборов. Содержание их в чистоте и порядке, ремонт и продление срока службы вещей, покупка одежды и обуви соответствующих размеров, использование соответствующих электробытовых приборов (утюг, стиральная машина).
5. «Питание» - знание основ организации рационального, правильного питания человека; основных видов продуктов питания, правила и порядок приготовления пищи.
6. «Транспорт» - умение пользоваться современными видами транспорта, знание правил пользования общественным и междугородним транспортом.
7. «Средства связи» - знание и умение пользоваться современными видами связи: телефонной, сотовой, почтовой, интернет услугами, телеграфной и т.д.
8. «Предприятия, организации, учреждения» - знание структур образовательных учреждений, местных промышленных и сельскохозяйственных предприятий, городской и сельской администрации.
9. «Семья» - владение правилами культуры взаимоотношений в семье, на основе уважения, взаимопонимания и взаимной помощи; организации досуга и отдыха членов семьи.

Учебный предмет «Основы социальной жизни» предполагает концентрическое распределение изучаемого материала с его усложнением и расширением при изучении в следующих классах. Такое распределение изучаемого материала способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого материала. Так же обеспечивается переход от более легких тем к более сложным, а изучаемый материал постоянно используется и закрепляется в последующих классах.

Цель программы «Основы социальной жизни» - формирование знаний, умений, навыков, способствующих практической подготовке обучающихся с интеллектуальными нарушениями к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и отдаленном социуме.

Основные задачи:

- 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.

СВЯЗЬ С РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЫ

Реализация воспитательного потенциала уроков ОСЖ (урочной деятельности, аудиторных занятий в рамках максимально допустимой учебной нагрузки) предусматривает:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания уроков для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;
- включение в содержание уроков целевых ориентиров результатов воспитания, их учет в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы – интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогическими работниками, соответствующие укладу школы, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- организацию наставничества мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотруничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЖИЗНИ»

Личностные результаты:

- Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.
- Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении.

- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.
- Овладение социально – бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни.
- Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.
- Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
- Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств.
- Развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
• Обучающиеся должны знать виды питания и их особенности, значение первых и вторых блюд, правила безопасности при использовании механических и электрических бытовых приборов при приготовлении пищи. • Особенности стирки цветного и белого белья, правила пользования моющими средствами, устройство стиральной машины и способы пользования ею, назначение прачечной и виды её услуг, последовательности особенность глажения одежды из разных тканей. • Правила ухода за младшими детьми, различные, тихие и подвижные игры, стишки, песенки. • Правила поведения при встрече и расставании, правила поведения при вручении и получении подарков. • Последовательность проведения регулярной и сезонной уборки помещения, способы подготовки жилья к зиме, весне и лету, способы ухода за полом в зависимости от покрытия. • Функции железнодорожного транспорта, типы пассажирских вагонов, виды справочных служб и камер хранения, о сроках и месте возврата билетов. • Назначение и различие универмага и универсама. • Виды телефонной связи, правила пользования телефонным справочником, виды междугородней связи, способы оплаты, порядок	• Обучающиеся должны уметь пользоваться механическими и электрическими бытовыми приборами, готовить первое и второе блюдо по рецепту, составлять меню завтрака, обеда и ужина на день. • Ремонтировать разорванные места одежды, штопать, пришивать пуговицу и петельку; стирать белое бельё вручную и с помощью стиральной машины. • Ухаживать за младшими детьми, объяснять им правила игры и играть с ними. • Культурно вести себя в гостях, выбирать подарки, изготавливать простые сувениры. • Убирать жилые помещения, мыть зеркала и стёкла, утеплять окна. • Ориентироваться в расписании, приобретать билеты, обращаться за справкой в справочное бюро вокзала. • Приобретать товары с учетом их необходимости и своих финансовых возможностей. • Культурно разговаривать по телефону, кратко объяснять причину своего звонка. • Оказать первую помощь при ожоге, обморожении, утопающему. • Обращаться с вопросами к работникам предприятия.

заказа переговоров.

- Меры по предупреждению несчастных случаев, правила оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Вводное занятие

Личная гигиена и здоровье

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. Гигиена тела. Уход за кожей рук и ногтями: значение чистоты рук, приемы обрезания ногтей на руках. Косметические средства для ухода за кожей рук Уход за кожей ног: необходимость ежедневного мытья ног; приемы обрезания ногтей на ногах. Косметические средства для ухода за кожей ног Практическая работа «Стрижка ногтей, уход за кожей рук»

Охрана здоровья

Виды медицинской помощи: доврачебная и врачебная. Виды врачебной помощи на дому. Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом. Вызов «скорой» или неотложной помощи. Госпитализация. Амбулаторный прием. Самолечение и его негативные последствия. Сюжетно-ролевая игра «Я вызываю врача»

Жилище

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. Виды нежилых помещений: кухня, ванная комната, санузел. Назначение 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). Назначение, правила пользования и ухода, техника безопасности. Практическая работа

«Пользование электробытовыми приборами и уход за ними» 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. Практическая работа «Уход за кухонной посудой» Кухонное белье: полотенца, скатерть, салфетки. Материал, из которого изготовлено кухонное белье (льняной, хлопчатобумажной, смесовая ткань). Правила хранения и ухода. Кухонная мебель: названия, назначение. Практическая работа «Уборка кухни»

Одежда и обувь

Продление срока службы одежды: штопка, наложение заплат Практическая работа «Наложение заплат» Ручная и машинная стирка изделий. Чтение условных обозначений на этикетках по стирке белья. Практическая работа «Чтение условных обозначений» Правила сушки белья из разных тканей. Чтение условных обозначений на этикетках. Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила пользования. Практическая работа «Правила и приемы глажения постельного белья» Практическая работа «Правила и приемы глажения брюк, спортивной одежды» Предприятия бытового обслуживания. Прачечная. Виды услуг. Правила пользования прачечной. Прейскурант. Практическая работа Заполнение бланков»

Питание

Прием пищи. Первые вторые и третьи блюда: виды, значение. Обед. Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда. Первые блюда: виды, способы приготовления. Практическая работа «Приготовление первых блюд» Овощные салаты: виды, способы приготовления Мясо и мясопродукты; первичная обработка, правила хранения. Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи. Практическая работа «Приготовление мясного блюда» Рыбные блюда (виды, способы приготовления). Практическая работа «Приготовление блюда из рыбы» Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий. Практическая работа «Отваривание макарон» Праздничный обед. Сервирование стола для обеда. Правила этикета за столом. Практическая работа «Сервировка праздничного стола» Магазины по продаже продуктов питания.

Основные отделы в продуктовых магазинах. Универсамы и супермаркеты (магазины в сельской местности). Специализированные магазины. Порядок приобретения товаров в продовольственном магазине (с помощью продавца и самообслуживание). Экскурсия в продуктовый магазин

Транспорт

Междугородний автотранспорт. Автовокзал, его назначение. Основные автобусные маршруты. Расписание. Порядок приобретения билетов,стоимость проезда. Видео экскурсия на автовокзал

Средства связи

Бандероли. Виды бандеролей: простая, заказная, ценная, с уведомлением. Порядок отправления. Упаковка. Стоимость пересылки Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления.

Практическая работа «Упаковка бандероли, посылки» Практическая работа «Заполнение бланка отправления посылки»

Предприятия, организации, учреждения

Учреждения дополнительного образования: виды, особенности работы, основные направления работы.Экскурсия в учреждение дополнительного образования детей и подростков

Семья

Семейный досуг. Виды досуга: чтение книг, просмотр телепередач, прогулки. Правильная рациональная организация досуга. Правила поведения в общественном месте. Деньги, их виды и назначения. Экономика домашнего хозяйства. Бюджет семьи. Виды и источники доходов. Определение суммы доходов на месяц. Практическая работа «Определение доходов семьи»

Рабочая программа рассчитана на 68 часов (2 урока в неделю). Исходя из этого, предполагается следующее распределение часов:

№ п/п	Тематический раздел	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводный урок	1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
2	Личная гигиена издоровье	5	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
3	Охрана здоровья	6	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
4	Жилище	14	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
5	Одежда и обувь	11	
6	Питание	16	
7	Транспорт	3	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c

8	Средства связи	4	
9	Предприятия, организации, учреждения	2	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
10	Семья	4	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c
11	Обобщение	4	
12	Итого	68	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ (ПОУРОЧНОЕ) ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОСЖ 7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Дата	
			план	факт
1	Особенности соблюдения личной гигиены подростком	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
2	Правила и приемы соблюдения личной гигиены подростками	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
3	Гигиенические требования к использованию личного белья	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
4	Уход за волосами. Средства для ухода за волосами	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
5	Виды шампуней в зависимости от типов волос	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
6	Средства для борьбы с перхотью и выпадением волос	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
7	Виды врачебной помощи на дому	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
8	Вызов врача на дом. Медицинские показания для вызова врача на дом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
9	Вызов «скорой» или неотложной помощи	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
10	Санузел и ванная комната. Оборудование ванной комнаты и санузла, его назначение	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
11	Правила безопасного поведения в ванной комнате	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
12	Правила техники безопасности использования чистящих и моющих средств	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
13	Уборка санузла и ванной комнаты	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
14	Ручная стирка белья: замачивание, кипячение, полоскание	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
15	Стиральные средства для ручной стирки. Техника безопасности при использовании моющих средств	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
16	Ручная стирка белья. Практическая работа	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
17	Правила техники безопасности использования бытовых электроприборов по уборке жилого помещения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
18	Уход за различными видами напольных покрытий	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
19	Ежедневная уборка	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
20	Практическая работа по уборке школьных помещений	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
21	Сезонная уборка жилых помещений. Подготовка квартиры и дома к зиме и	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		

	лету			
22	Электробытовые приборы для глажения: виды утюгов, правила использования	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
23	Глажение изделий из различных видов тканей	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
24	Правила и приемы глажения белья, брюк, спортивной одежды	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
25	Практическая работа: глажение изделий	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
26	Правила пришивания пуговиц, крючков, петель, зашивание распорвшегося шва	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
27	Практическая работа. Пришивание пуговиц, крючков, петель, зашивание распорвшегося шва	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
28	Продление срока службы одежды	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
29	Практическая работа. Ремонт одежды: штопка и наложение заплат	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
30	Прачечная. Виды услуг	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
31	Экскурсия в прачечную	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
32	Виды питания. Пищевая ценность продуктов	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
33	Мука и крупы. Виды муки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
34	Виды круп	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
35	Правила хранения муки и круп	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
36	Вредители круп и муки. Просеивание муки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
37	Мясо и мясопродукты. Первичная обработка, правила хранения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
38	Глубокая заморозка мяса. Размораживание мяса с помощью микроволновой печи	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
39	Мясные блюда	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
40	Рыбные блюда	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
41	Гарниры: овощные, из круп, макаронных изделий	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
42	Практическая работа – приготовление гарнира	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
43	Составление меню для обеда. Отбор необходимых продуктов для приготовления обеда	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
44	Стоимость и расчет продуктов для обеда	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
45	Экскурсия в магазин	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
46	Посуда для обедов. Сервирование стола для обеда	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
47	Праздничный обед	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
48	Правила этикета за столом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
49	Междугородний железнодорожный транспорт. Расписание поездов	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		

50	Виды пассажирских вагонов	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
51	Правила поведения детей на железной дороге	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
52	Экскурсия на железнодорожный вокзал	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
53	Бандероли. Виды бандеролей	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
54	Порядок отправления бандеролей. Упаковка. Стоимость пересылки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
55	Посылки. Виды упаковок. Правила и стоимость отправления	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
56	Экскурсия на почту. Ознакомление с работой почты	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
57	Местные и промышленные и сельскохозяйственные предприятия	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
58	Названия предприятия, вид деятельности. Основные виды выпускаемой продукции	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
59	Профессии рабочих и служащих	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
60	Экскурсия на предприятие	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
61	Помощь старших младшим: домашние обязанности	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
61	Помощь старших младшим: практическая работа	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
62	Помощь старших младшим: практическая работа проведение игр с младшими школьниками	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
63	Досуг как источник получения новых знаний	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
64	Отдых. Отдых и его разновидности	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
65	Необходимость разумной смены работы и отдыха. Отдых и бездеятельность	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
66	Летний отдых. Виды проведения летнего отдыха, его планирование.	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
67	ИКТ	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		
68	Особенности соблюдения личной гигиены подростком. Итоговое занятие	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f41837c		

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ УЧАЩИХСЯ

В основу критериев и норм оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной системе для всех установлены следующие общедидактические критерии.

Исходя из поставленных целей и возрастных особенностей учащихся, необходимо учитывать:

- правильность и осознанность изложения материала, полноту раскрытия понятий, правильность выполнения практических работ;
- самостоятельность ответа;
- умение переносить полученные знания на практику;
- степень сформированности интеллектуальных, общеучебных, специфических умений.

Оценка «5» при выполнении от 90% до 100% заданий – ответ полный, правильный, отражающий основной материал курса; правильно раскрыто содержание понятий, ответ самостоятельный с опорой на ранее приобретенные знания.

Отметка «4» при выполнении от 70 до 89% заданий – ответ полный, правильный, но нарушена последовательность изложения, не точно сделан вывод, по дополнительным вопросам последовательность восстанавливается.

Отметка «3» если верно выполнено от 40 до 69% заданий – ответ не полный, но правильный, нарушена последовательность изложения материала, по дополнительным вопросам затрудняется ответить, допускает ошибки при использовании учебных пособий при ответе.

Отметка «2» – ответ неправильный, основное содержание не раскрыто, не даются ответы на вспомогательные вопросы учителя, неумение работать с учебным материалом.

Выставление отметки за четверть выставляется как среднеарифметическое отметок на основе результатов тематического контроля с учетом преобладающего или наивысшего поурочного балла.

Годовая отметка выставляется как среднеарифметическое отметок по четвертям с учетом динамики индивидуальных учебных достижений учащихся на конец года.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ПО ОСЖ

с помощью коэффициента усвоения К

$K = A:P$, где
 А – число правильных ответов в тесте
 Р – общее число ответов

Коэффициент К	Оценка
0,9-1	«5»
0,7-0,89	«4»
0,45-0,69	«3»
Меньше 0,44	«2»

Итоговый тест по ОСЖ (7 класс)

Ф.И. _____

Вопросы и задания.	Выбери один вариант ответа.
1. Какие правила личной гигиены должен соблюдать подросток	а) Принимать душ два раза в день б) Пользоваться косметическими средствами в соответствии с инструкцией в) Дезодорант можно применять на немытое тело г) Ежедневно менять нижнее бельё д) Менять нижнее бельё 1 раз в неделю е) Применять дезодоранты только на чистое тело ж) Пользоваться можно любыми косметическими средствами
2. Ремонт дырки в одежде с помощью переплетения ниток	а) Штопка

называется	б) Заплата в) Зашивание распоровшегося шва
3. Можно стирать в домашних условиях	а) Рубашку б) Носки в) Пальто, пуховик г) Подушки д) Постельное бельё
4. Вещи перед сушкой расправляют	а) Чтобы потом не гладить б) Чтобы потом было легче гладить
5. Краткая запись состава и способа приготовления блюда называется	а) Меню б) Рецепт
6. Миксер нужен для	а) Приготовления мясного фарша б) Нарезки овощей в) Взбивания продуктов, приготовления жидкого теста
7. Какие блюда можно подавать на обед?	а) Первое блюдо (суп) б) Бутерброд с колбасой в) Чай г) Компот д) Котлета и отварные макароны е) Творожная запеканка ж) Салат из капусты и моркови
8. Как называется отвар мяса, рыбы, грибов?	а) Отвар б) Суп в) Бульон
9. Из чего можно приготовить третье блюдо?	а) Йогурт б) Фрукты, ягоды в) Овощи
10. Выбери правильные утверждения о правилах поведения в гостях.	а) Приходи в гости точно в назначенное время б) Смотри без спроса то, что тебя интересует в) Уходя из гостей, попрощайся со всеми, а затем с хозяевами г) Если хочешь что-то посмотреть спроси об этом хозяев д) Поддерживай в гостях беседу
11. Сезонная уборка помещения проводится	а) 1 раз в неделю б) 1 раз в год в) 3-4 раза в год
12. Назови способ ухода за мягкой мебелью	а) Удалять пыль сухой тряпкой

	б) Чистить с помощью пылесоса в) Мыть с мылом
13. К железнодорожному транспорту относят:	а) Пассажирский поезд б) Трамвай в) Электропоезд
14. В каком вагоне поезда билет будет стоить дороже?	а) Плацкартном б) Купейном
15. Что можно купить в магазине промышленных товаров?	а) Хозяйственные товары б) Одежду в) Продукты питания г) Школьные принадлежности
16. Как называется почтовое отправление весом до 2 кг?	а) Посылка б) Письмо в) Бандероль
17. Что можно отправлять в бандероли?	а) Печенье в пачке б) Варенье в стеклянной банке в) Блокнот г) Сухофрукты д) Часы наручные в упаковке е) Книга весом 3 кг ж) Взрывоопасные вещества з) Семена растений и) Фотографии к) Часы наручные без упаковки
18. Укажи стрелками применение лекарственных растений: Подорожник Мать-и-мачеха Зверобой Ромашка	Противовоспалительное От болезней желудка и кишечника От кашля и простуды Останавливает кровь, от кашля
19. При каком виде травмы нужно наложить шину (подручный материал), доставить пострадавшего в лечебное учреждение?	а) Вывих б) Перелом в) Кровотечение г) Ушиб

	д) Растяжение
20. Какая температура тела человека считается нормальной?	а) 38 б) 36,6 в) 37 г) 35
21. Бюджет семьи - это	а) Деньги б) Заработная плата в) План доходов и расходов денежных средств г) Пенсия
22. Назови источники дохода семьи.	а) Заработная плата б) Купюра в) Стипендия г) Помощь родственникам д) Премия е) Валюта ж) Подсобное хозяйство
23. Назови статьи расходов.	а) Оплата коммунальных услуг б) Стипендия в) Питание
24. Что такое среднедушевой доход?	а) Доход одного человека в семье б) Доход работающих членов семьи в) Весь доход семьи, разделенный на количество членов семьи
25. Как называется документ, по которому можно доверять получение денег?	а) Пластиковая карта б) Купюра в) Доверенность г) Сберегательная книжка

Лист согласования к документу № 7 ОСЖ класс от 01.09.2025
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 31.10.2025 13:30

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 31.10.2025 - 13:30	-