

**КЗО «Дніпропетровський навчально-реабілітаційний центр «ШАНС»  
Дніпропетровської обласної ради»**

**Навчальний посібник  
з соціально-побутового орієнтування  
7 клас**

**К.В.РЕЙДА** – кандидат педагогічних наук, вчитель-дефектолог «вищої категорії», вчитель-методист, Відмінник освіти України.

**Н.М.ГАВРИЛОВА** – вчитель-дефектолог «вищої категорії», вчитель-методист, Відмінник освіти України.

*«Навчальний посібник з соціально-побутового орієнтування 7 клас».*

### **Рецензенти:**

**Гладуш В.А.** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки та корекційної освіти, Дніпропетровського національного університету ім.О.Гончара

**Чистоколяна С.М.**– Заслужений учитель України, Відмінник освіти України, учитель-дефектолог вищої категорії, заступник директора з навчально-виховної роботи ОКЗО «Дніпропетровський навчально-реабілітаційний центр «КОЛОСОК» Дніпропетровської обласної ради

## Вступ

Одне із центральних місць у розв'язанні проблеми соціальної та трудової адаптації дітей з особливими потребами в навчанні посідають уроки соціально-побутового орієнтування. Засвоєння дитиною прийнятих у суспільстві норм і правил відбувається через її соціалізацію. У межах соціалізації здійснюється засвоєння норм, умінь, стереотипів, настановлень, прийнятих у суспільстві форм поведінки та спілкування.

Позитивна соціалізація забезпечує успішну інтеграцію індивіда в суспільство, активне пристосування (адаптацію) його до умов соціального середовища. В учнів старших класів не сформовані мотиви господарсько-побутової діяльності, вони недостатньо розуміють значення і роль особистих якостей людини, що сприяють успішному веденню домашнього господарства. Це ускладнює їхню соціально-побутову адаптацію і реабілітацію в майбутньому. Тому під час викладання курсу СПО слід ретельно добирати методи та форми навчання. Одним з ефективних засобів засвоєння учнями з особливими потребами матеріалу є систематичність та послідовність у поданні навчального матеріалу, його дозування та сама форма подання інформації.

Запропонований навчальний посібник з СБО для 7 класу складений на основі «Програми для 5 – 10 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для розумово відсталих дітей» (Укладачі Гіренко Н. А., Мерсіянова Г. М., 2009 р.). Їх використання можливе як додаток до підручника, так і як самостійний навчальний посібник.

Завдання у навчальному посібнику підібрані з урахуванням можливостей, вмінь та навичок учнів. Матеріал навчального посібника складений таким чином, що рівень його складності спирається на раніше отримані відомості учнями під час уроків розвитку мовлення, читання, російської мови, природознавства, математики в молодших класах, і розрахована на 2 години навчального часу в тиждень.

Посібник містить схему умовних позначень завдань, які дозволять організувати та дисциплінувати учнів. Запропоновані завдання: відтвори текст, обери правильну відповідь, закінчи речення, дай відповідь, запам'ятай, з'єднай стрілочками, виконай практично, намалюй, розфарбуй, розташуй по порядку, прочитай і запам'ятай.

Завдання мають різний рівень складності, що дозволяє здійснювати диференційний підхід до навантаження під час уроку кожного учня.

Робота з посібниками є зручною для виконання домашнього завдання. Завжди є під рукою матеріал опрацьований на уроці і як логічне завершення та закріплення – виконання графічного завдання на домашній роботі.

Крім того кожна тема містить відповідні загадки, прислів'я та приказки, що дозволяє розрядити напругу та відпочити під час роботи на уроці.

Посібник також містить велику кількість практичних робіт.

Навчальний посібник складений з урахуванням вікових та психофізичних особливостей розвитку учнів спеціального навчального закладу. Їх використання базується на принципах систематичності, послідовності, логічного викладення матеріалу з прогнозованим результатом, що сприяє підвищенню результативності орієнтування дітей в соціальному середовищі.

## Умовні позначення



- відтвори текст



- обери правильну відповідь



- закінчи речення



- дай відповідь



- запам'ятай



- з'єднай стрілочками



- виконай практично



- намалюй, розфарбуй



- розташуй по порядку

# Особиста гігієна

## Тема. Особиста гігієна підлітків



1. Дай визначення поняттю:

**Особиста гігієна** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.



2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Сальні залози виділяють на поверхню \_\_\_\_\_ людини шкірне сало, а потові залози - \_\_\_\_\_. Тому шкіру треба своєчасно й регулярно \_\_\_\_\_, щоб не порушувати її \_\_\_\_\_ властивості й не створювати умов для розмноження на тілі \_\_\_\_\_ мікроорганізмів.

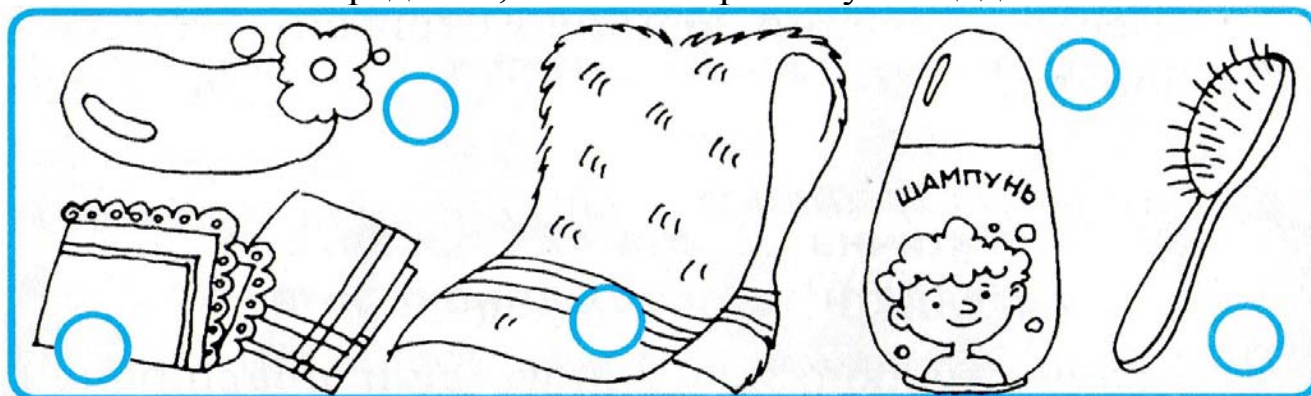
У підлітків спостерігається посилене функціонування \_\_\_\_\_ залоз. Вони часто закупорюються, появляються \_\_\_\_\_, які можуть запалюватися.

Тому слід регулярно \_\_\_\_\_ (не рідше одного разу на тиждень), щоденно приймати \_\_\_\_\_ (краще перед сном), по можливості купатися в басейні, \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** шкіри, піт, мити, захисні, шкідливих, сальних, вугрі, митися, душ, річці, морі.



3. Познач предмети, які ти використовуєш щодня.





4. Склади розпорядок дня школяраб пронумеруй речення.

... Сніданок.

... Підйом, ранкова гімнастика, водні процедури.

... Вільний час: ігри, домашні справи.

... Обід.

... Заняття в школі.

... Вечеря.

... Виконання домашнього завдання.

... Прогулянка.

... Водні процедури, підготовка до сну.



5. Закінчи речення:

У правильному розвитку організму підлітка важливу роль відіграє

\_\_\_\_\_.

З їжею школяр має одержати необхідні для організму речовини:

\_\_\_\_\_.

Школяр має харчуватися \_\_\_\_\_.

Особливо корисними для підлітків є \_\_\_\_\_.

Здоровою може вважатися людина, яка наділена добрим фізичним та розумовим розвитком та \_\_\_\_\_.



6. Відгадай загадки

Зубів багато, а нічого не їсть. \_\_\_\_\_

Гладеньке й пахуче, миє чисто. \_\_\_\_\_

## Тема. Особиста гігієна хлопчика



### 1. Запам'ятай!

*Особиста гігієна підлітка включає: гігієну шкіри, волосся, гігієну одягу і взуття, дотримання режиму дня, профілактику травматизму. У підлітковому віці відбувається статеве дозрівання хлопців.*

### **Основні ознаки статевого дозрівання хлопців**

1. Формування фігури за чоловічим типом.
2. Ріст волосся на обличчі, у паховій ділянці, під пахвами.
3. Формування гортані, «ломка» голосу.
4. Ріст та розвиток статевих органів, початок полюцій.



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*У підлітковому віці хлопчик має набути навичок \_\_\_\_\_ гігієни, утримувати в чистоті \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, предмети особистого туалету.*

*Кожний хлопчик повинен щоденно мити статеві органи \_\_\_\_\_ водою з \_\_\_\_\_.*

*Важливо у цьому віці навчитися керувати своїми \_\_\_\_\_, правильно оцінювати стосунки між \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_, готуватися до майбутнього \_\_\_\_\_ життя.*

**Слова-підказки:** *особистої, тіло, волосся, одяг, теплою, милом, почуттями, хлопчиками, дівчатками, сімейного.*



3. Уважно прочитай правила особистої гігієни. Якщо ти виконуєш правило – постав «+». Поясни, чому їх слід виконувати.

*Мию руки після прогулянки, перед прийомом їжі, після відвідування туалету і спілкування з тваринами.*

*Щодня міняю шкарпетки і білизну.*

*Щодня перед тим, як лягти спати, приймаю душ.*

*Регулярно розчісую волосся гребінцем.*

*Раз на тиждень підстригаю нігті.*

*Чищу зуби двічі на день.*

*Не гризу нігті, олівці та інші сторонні предмети.*



4. Відгадай загадки

*Лягла в кишеню й караулю:*

*Реву, плаксу і брудную,*

*Їм витру потоки сліз,*

*Не забуду і про ніс.* \_\_\_\_\_

*Мию, мию без жалю,  
Мию там, де брудно.  
А купатись не люблю, -  
Бо від того худну.* \_\_\_\_\_

*Коли миюсь, чи вмиваюсь,*

*Потім ним я витираюсь.*

*Витирати сухо звик*

*Мій м'якесенький...* \_\_\_\_\_

*Колюча, наче їжачок,  
Штанці почистить, піджачок.* \_\_\_\_\_





## Тема. Особиста гігієна дівчини



### 1. Запам'ятай!

*Особиста гігієна підлітка включає: гігієну шкіри, волосся, гігієну одягу і взуття, дотримання режиму дня, профілактику травматизму. У підлітковому віці відбувається статеве дозрівання дівчат.*

### *Основні ознаки статевого дозрівання дівчат*

- 1. Формування фігури за жіночим типом.*
- 2. Ріст молочних залоз.*
- 3. Ріст волосся на лобку, під пахвами.*
- 4. Ріст та розвиток статевих органів, початок менструального циклу.*



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Дівчатка підліткового віку мають бути обізнаними з основними правилами особистої \_\_\_\_\_ та набуті всіх необхідних \_\_\_\_\_ (щоденне обмивання зовнішніх статевих органів, щоденна зміна трусиків). Дівчатка повинні знати, що менструація – це \_\_\_\_\_ крові зі \_\_\_\_\_ органів, яке повторюється \_\_\_\_\_. Під час менструації статеві органи стають більш сприятливими до \_\_\_\_\_. Тому в ці дні особливо треба стежити за \_\_\_\_\_ тіла й білизни.*

**Слова-підказки:** *гігієни, навичок, виділення, статевих, щомісяця, інфекції, чистотою.*



### 3. Обери правильну відповідь

*Найяскравіший показник твоєї зовнішності і життєздатності – твоє здоров'я?*

- а). так    б). ні

*Здоров'я залежить від здорового способу життя та помірною харчування?*

- а). так    б). ні

*Краще приймати ліки, ніж їсти небагато, робити вранці зарядку?*

- а). так    б). ні

*Щоб відчувати себе комфортно перед сном потрібно з'їсти щось солоденьке?*

- а). так    б). ні

*Чистим повинні бути лише ті частини шкіри, що виглядають з-під одягу?*

- а). так    б). ні

*Запах бруду та поту можна усунути за допомогою парфумів та дезодорантів?*

- а). так    б). ні

*У догляді за волоссям головне сучасна зачіска?*

- а). так    б). ні

*Нігті у дівчинки повинні бути довгими, брудними та нерівними?*

- а). так    б). ні

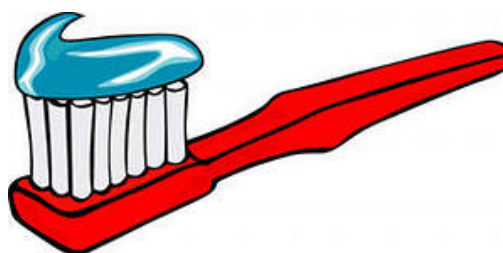


### 4. Відгадай загадки



*Він по зачісках мастак,  
Вас причеше гарно так.  
Розчесав моє волосся,  
Так давно вже повелося,  
Що охайний молодець,  
Той, хто має... \_\_\_\_\_*

*Чищу зубки кожен день  
Дуже добре й швидко  
Мені в цьому допоможе  
Моя ... \_\_\_\_\_*



## Тема. Догляд за одягом



1. Запам'ятай!

**Великі неприємності відбуваються через невиконання чи не звертання уваги на маленькі дрібниці**



2. Познач правильні кінцівки речення

**Охайна людина...**

*...щодня ретельно мисться;*

*...одягається в чистий одяг;*

*...не розчісується;*

*...носить зім'ятий одяг;*

*...підбирає одяг відповідно до ситуації;*

*...двічі на день чистить зуби;*

*...тримає у чистоті свої речі та одяг;*

*...ховає брудний комірець під довге волосся;*

*...носить діряві шкарпетки чи колготки;*

*...носить забруднені але наймодніші чобітки.*



3. Яке зображення тобі подобається? Чому?



---

---

---

---



---

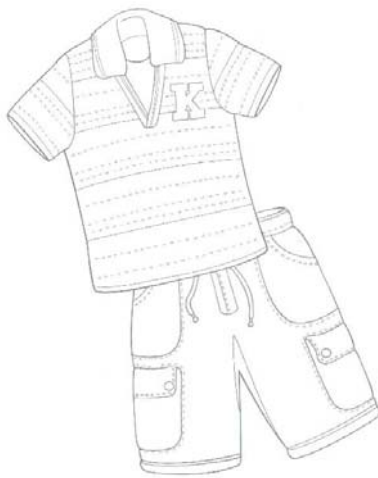
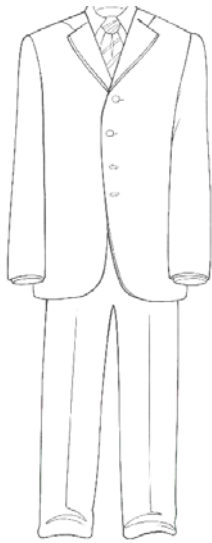
---

---

---



4. Розмалюй одяг. У яких ситуаціях буде доречним цей одяг?



## Тема. Накладання латки овальної, прямокутної та квадратної форм



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Одяг і білизна, підготовлені до ремонту, повинні бути \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_. Їх потрібно розкласти за видами: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_. Уважно розглянути вироби, визначити від \_\_\_\_\_.

Для \_\_\_\_\_ добирають тканину, за \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ подібну до тканини виробу. Якщо латку викроюють із строкатої тканини, то суміщають \_\_\_\_\_ тканини латки і виробу.

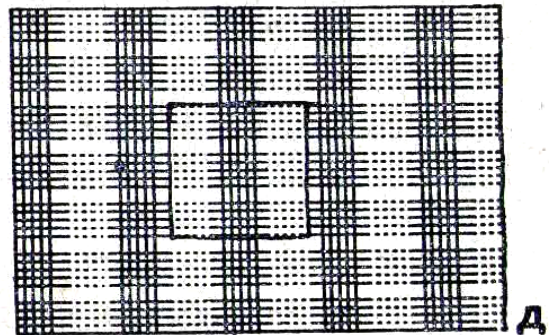
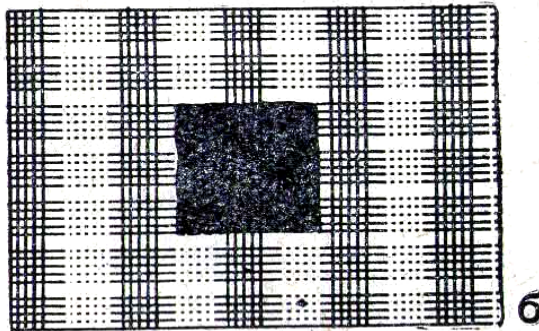
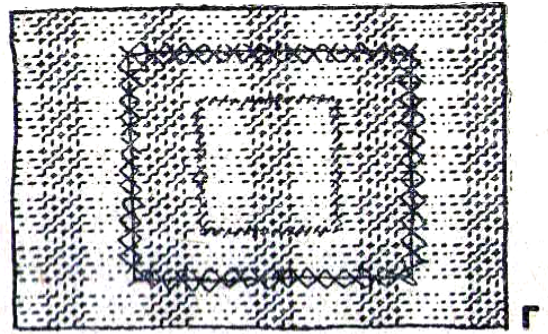
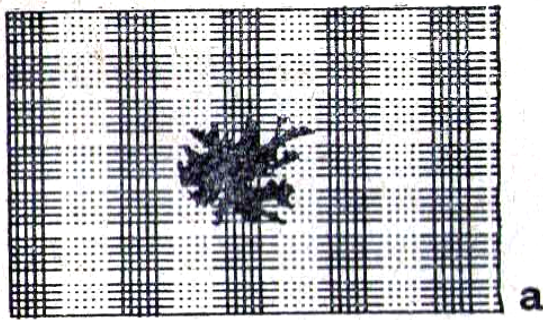
**Слова-підказки:** випраними, відпрасованими, рушники, сорочки, майки, наволочки, ремонту, латки, кольором, товщиною, малюнок.



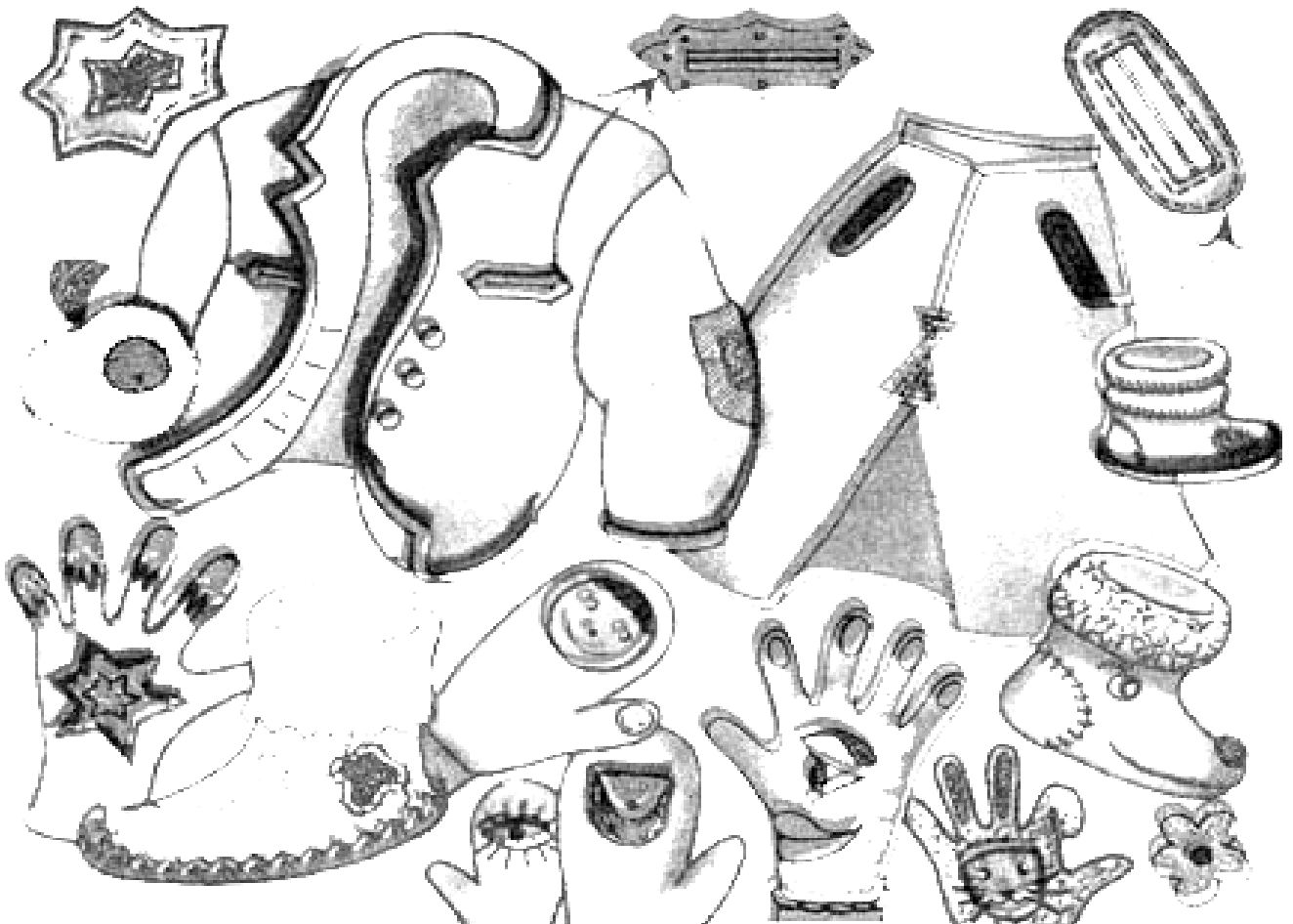
2. За формою латка може бути:



3. За малюнком розкажи про послідовність дій під час накладання латки



4. Розмалюй одяг на якому є латки



## Тема. Штопання одягу



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Коли тканина протирається на верхньому одязі, то такі місця необхідно \_\_\_\_\_.

Для цього використовують спеціальні штопальні \_\_\_\_\_ під колір тканини.

Штопають із \_\_\_\_\_ боку виробу. \_\_\_\_\_ для штопання має бути довга, з великим вушком. Для зручності в роботі використовують \_\_\_\_\_.

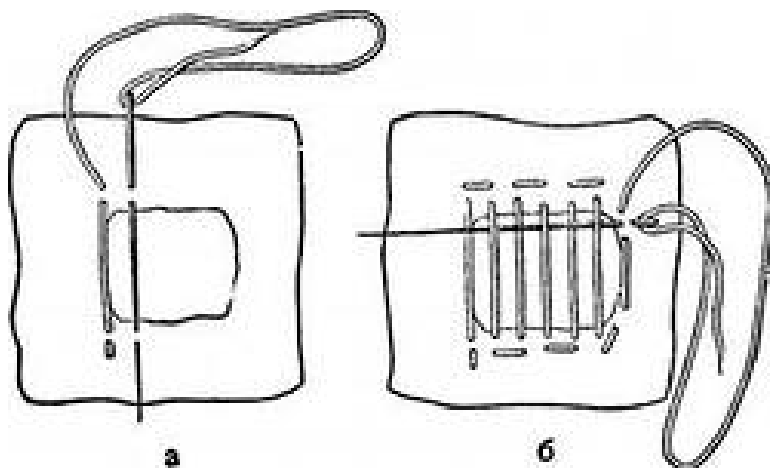
**Слова-підказки:** заштопати, нитки, лицьового, голка, грибок.



2. Дай назву кожному предмету, який використовують для штопання одягу



3. За малюнком розкажи про послідовність дій під час накладання латки



4. Розмалюй одяг та з'єднай їх з нитками, які підійдуть для штопання цих речей





## Тема. Прання бавовняної білизни вручну

1. Підпиши, які предмети потрібно мати для прання білизни вручну



 2. Обери правильну відповідь

*Білизну за декілька годин до прання потрібно замочити у холодному мильному розчині?*

а). так    б). ні

*Замочувати білизну потрібно більше ніж на 12 годин?*

а). так    б). ні

*Для приготування прального розчину використовують господарське мило або пральний порошок?*

а). так    б). ні

*Після виварювання білизну прополіскують, відбілюють, підкрохмалюють?*

а). так    б). ні

*Дрібні білі вироби можна (носові хусточки, комірці, манжети) необхідно виварювати?*

а). так    б). ні

*Кольорові вироби також можна виварювати та відбілювати?*

а). так    б). ні

*Викручені речі слід розправити і лише потім сушити?*

а). так    б). ні



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Користуючись пральним порошком, необхідно прочитати на \_\_\_\_\_: якої температури має бути \_\_\_\_\_ для замочування; на скільки годин намочувати \_\_\_\_\_; яка \_\_\_\_\_ порошку потрібна. Якщо порошок призначений для прання \_\_\_\_\_ виробів білого кольору, в ньому є \_\_\_\_\_. Цей порошок для прання \_\_\_\_\_ виробів не придатний, бо вироби можуть полиняти.

Слова-підказки: упаковці, вода, білизну, кількість, бавовняних, відбілювач, кольорових.



4. Обери речі які можна виварювати, а які ні. З'єднай стрілочками білизну з видом прання



**можна виварювати**



**не можна виварювати**



Білий



## Тема. Прання бавовняної білизни у пральній машині



1. Відгадай загадку

*Всю білизну позбирає*

*І старанно покупає.*

*Буде знову вся чистенька,*

*Незабруднена, гарненька.* \_\_\_\_\_

2. Як ти гадаєш якою пральною машиною прати білизну зручніше?  
Чому?



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Білизну перуть не дуже \_\_\_\_\_ . Прати зношену, брудну білизну значно важче, вона швидше \_\_\_\_\_ .*

*Білизну готують до \_\_\_\_\_ заздалегідь: натільну \_\_\_\_\_ навиворіт, \_\_\_\_\_ від пилу, кишені та наволочки, вивертаючи, особливо старанно вичищають у куточках та поміж \_\_\_\_\_ ; відстібають \_\_\_\_\_ , розв'язують \_\_\_\_\_ , відпорюють металеві та дерев'яні \_\_\_\_\_ . Витрушують \_\_\_\_\_ зі скатертин, простирал, гардин та чохлів з меблів, виводять зі скатерок і серветок*

\_\_\_\_\_ від соку. Замочують заздалегідь лише білизну, що не

Слова-підказки: забрудненою, псується, прання, вивертають, вичищають, швами, шпильки, тасьомки, гудзики, пил, плями, лляє.



4. Обери правильну відповідь

*Брудну білизну можна зберігати будь де і дуже тривалий час?*

а). так    б). ні

*Користуючись пральною машиною, треба точно дотримуватись інструкції, доданої до неї?*

а). так    б). ні

*Закладати одноразово до пральної машини можна стільки білизни скільки в неї поміститься?*

а). так    б). ні

*У автоматичній пральній машині можна прати будь-яким порошком?*

а). так    б). ні

*Прати можна білу та кольорову білизну одночасно?*

а). так    б). ні



5. Розташуй по порядку етапи прання бавовняної білизни

... виварювання

... підсинювання

... замочування

... підкрохмалювання

## Тема. Прання комірців і рушників ручним способом та в пральній машині



1. Відгадай загадку

*Лягла в кишеню й караулю:*

*Реву, плаксу і бруднулю,*

*Їм витру потоки сліз,*

*Не забуду і про ніс.*

*Коли миюсь, чи вмиваюсь,*

*Потім ним я витираюсь.*

*Витирати сухо звук*

*Мій м'якесенький...*



2. Обери речі, які при ручному пранні слід прати першими (підкресли):

*Носовички, бруки, шкарпетки, комірці, простирадла, манжети, сорочки, рушники, шорти, спідниці.*



3. Обери правильну відповідь

*Якщо речі дуже брудні їх потрібно замочувати перед пранням?*

а). так                                  б). ні

*Вода для замочування повинна бути холодною?*

а). так                                  б). ні

*Замочувати білизну слід з порошком?*

а). так                                  б). ні



## Тема. Прасування білизни, рушників



1. Відгадай загадку:

*Ось загадка так загадка:  
Де поїду – стане гладко.  
Тільки пальцем не торкай,  
Обпечешся, так і знай.  
А щоб взять мене тобі –  
Маю ручку на горбі.*

---



2. Дай назву кожному засобу для прасування:



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Білизну перед \_\_\_\_\_ зволожують і складають.  
Прасують її з \_\_\_\_\_ боку. Місця, де є вишивка,  
прасують з \_\_\_\_\_ боку, щоб візерунок вишивки  
виділявся більше. Прасувати можна на \_\_\_\_\_, якщо підстелити  
бавовняну чи сукняну \_\_\_\_\_ і накрити її полотном, але  
краще на спеціальній \_\_\_\_\_

**Слова-підказки:** прасуванням, лицьового, виворітного, столі, ковдру, дошці.



4. Обери правильну відповідь

*Великі речі для прасування складають вдвоє, лицевим боком догори?*

- а). так    б). ні

*Праску слід добре нагріти та перевірити?*

- а). так    б). ні

*Всі речі можна прати праскою нагрітою однаково?*

- а). так    б). ні

*Комірці, манжети, носові хусточки прасують гарячою праскою з лицьового боку?*

- а). так    б). ні

*Праску треба водити повільно, притискуючи до виробу, лівою рукою натягуючи інший кінець виробу?*

- а). так    б). ні



5. Практична вправа

- 1) приготуй робоче місце для прасування;
- 2) перевір праску, пригадай правила користування праскою;
- 3) приготуй білизну до прасування;
- 4) випрасуй та склади білизну.





## Тема. Прасування брюк, спортивного одягу



1. Відгадай загадку:

*Що то за сорочка —*

*рукави ніврочку?*

*І чомусь на ноги*

*вбрали ту сорочку.* \_\_\_\_\_



2. Встав НЕ де потрібно:

... можна торкатися праскою гудзиків, змійки (якщо вони пластмасові)

... можна брати вилку шнура праски мокрими руками

... перегрівати праску

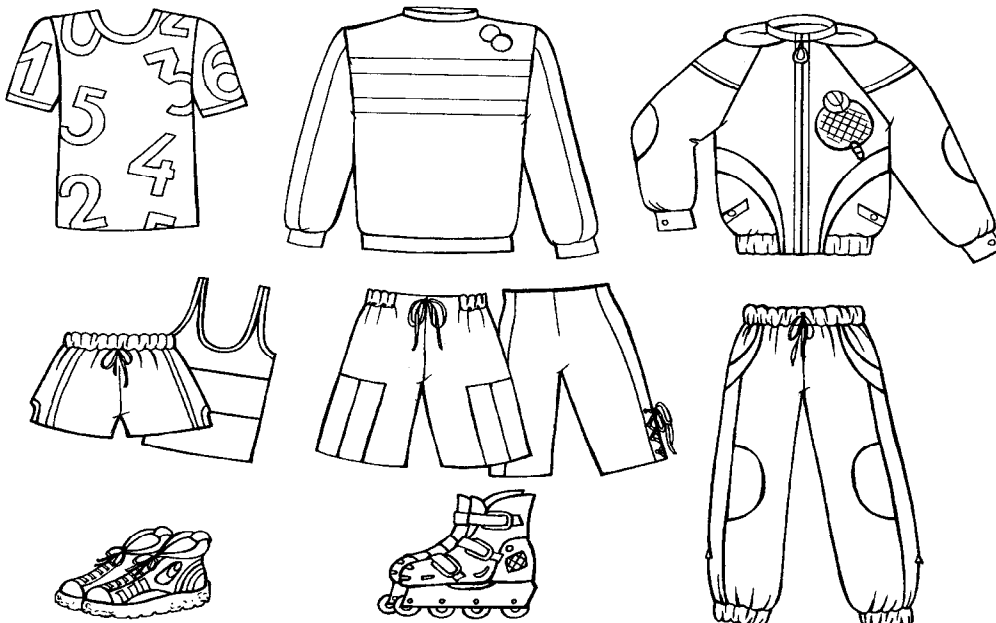
... тримати праску лише за ручку

... залишати без догляду ввімкнену в електромережу праску

... ставити гарячу праску на тканину чи дерев'яні предмети



3. Як можна назвати цей одяг? Для чого він потрібен? Розмалюй





4. Обери правильну відповідь

*Прасують білизну вологою (особливо лляну), а тонкі речі та ніжні тканини прасують через тонкий папір?*

а). так    б). ні

*Якщо тканина надто пересохла, її потрібно знову намочити?*

а). так    б). ні

*На шовкову тканину можна бризкати, на ній плями не залишаються?*

а). так    б). ні

*Річ розправляють на столі чи дощі і прасують, рухаючи праску за поздовжньою ниткою тканини?*

а). так    б). ні

*Шви можна не розправляти під час прасування?*

а). так    б). ні

*Якщо речі складаються з кількох частин, спочатку прасують дрібні частини?*

а). так    б). ні



5. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Брюки \_\_\_\_\_ спочатку з \_\_\_\_\_ боку через дуже \_\_\_\_\_ полотнину, щоб усунути «мішки», що утворилися на колінах. Потім з \_\_\_\_\_ боку через менш зволожену полотнину. Щоб добре трималися \_\_\_\_\_, їх прасують доти, поки вони зовсім не \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** прасують, виворітного, вологу, лицьового, складки, висохнуть.

## Тема. Види побутових послуг. Чищення одягу



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Служби побуту задовольняють \_\_\_\_\_ населення в  
послугах: пошиття і ремонт \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_; ремонт побутових машин і  
\_\_\_\_\_; хімічна \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_  
одягу; послуги \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** потреби, одягу, взуття, головних уборів, приладів,  
чистка, фарбування, пралень, фотостудій.



2. Якими видами побутових послуг ти користувався? Дай назву  
відомих тобі послуг





4. Обери професії людей, які працюють у службі побуту (підкресли необхідні):

*Вчитель, кравець, лікар, апаратник знежирювання, перукар, кондитер, продавець, водій, плямовивідник, фарбувальник, стиліст, фотограф, прибиральник, сушильник, механік, будівельник, вихователь.*



5. Дай визначення поняттю:

*Апаратник знежирювання* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Плямовивідник* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Від парник-прасувальник* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Фарбувальник* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Сушильник* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.



# Культура харчування

## Тема. Складові раціонального харчування



1. Дай визначення поняттям:

*Правильне харчування* - \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Раціональне харчування* - \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

*Щоденний раціон має вміщувати* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

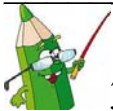


2. Запиши, які необхідні організму речовини людина повинна одержувати з їжею?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



3. З'єднай стрілочками слово та відповідну йому частину:

*Білки*

*продовольчі та паливні  
збереження*

*Вуглеводи*

*будівельний матеріал*

*Жири*

*вироблення енергії*

*Мінеральні речовини*

*основа життя*

*Вітаміни*

*солі, які входять до складу  
органів людини*

*Вода*

*речовини, необхідні для життя  
людини*



4. Познач, яких речовин найбільше в овочах та фруктах:

а) білків;

г) мінеральних речовин;

б) жирів;

г) вітамінів;

в) вуглеводів;

д) води



5. Підкресли назви продуктів, корисних для здоров'я.

*Яблука, чіпси, помідори, гречана крупа, морозиво, шоколад, хліб, молоко, сметана, копчена ковбаса, риба, малина, йогурт, смажена картопля, огірки, вишні, сир, макарони, тістечка, помідори.*



6. Напиши, які продукти належать до кожної групи.

**Хлібобулочні вироби і крупи:** \_\_\_\_\_

**Овочі і фрукти:** \_\_\_\_\_

**Молочні продукти:** \_\_\_\_\_

**М'ясні та рибні продукти:** \_\_\_\_\_

## Тема. Первинна обробка овочів



### 1. Відгадай загадки

*Сто хустин собі напнула,  
Кожушок вдягнуть забула*

\_\_\_\_\_



*Коса надворі,  
А панна в коморі.*

\_\_\_\_\_



*Ні вікон, ні дверей,  
Повна хата людей.*

\_\_\_\_\_



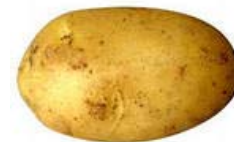
*Сидить бабуся  
Не в одному кожусі,  
Хто її роздягає,  
Той сльози проливає.*

\_\_\_\_\_



*І печуть мене, і варять,  
І їдять мене, і хвалять,  
Бо я добра.*

\_\_\_\_\_



*Маленька, червоненька,  
Із хвостиком тоненьким.  
На городі мене рвуть  
І до столу подають.*

\_\_\_\_\_



*Назви одним словом ці продукти* \_\_\_\_\_



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Овочі піддаються первинній і тепловій \_\_\_\_\_ . У процесі первинної обробки овочі \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , потім*

\_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ (нарізають, шаткують). При ручній обробці застосовують різні \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_: ножі (жолобоподібний, кухонний, для чищення овочів), тертушку, овочерізку, шатківницю.

**Слова-підказки:** обробці, перебирають, сортують, миють, чистять, промивають, подрібнюють, інструменти, пристосування.



3. Заповни схему та запам'ятай види нарізання овочів

**Види нарізання**

*просте*

*фігурне*

---

---

---

---

**Слова для довідки:** гребінці, брусочки, соломка, кульки, кубики, скибочки, горішки, діжечки, кружечки.



4. Дай визначення поняттям:

**Теплова обробка овочів -** \_\_\_\_\_

**Тушкування овочів -** \_\_\_\_\_

**Первинна обробка овочів -** \_\_\_\_\_



5. Користуючись підручником запиши класифікацію овочів:

---

---

---

---



**Тема. Нарізання овочів ручним способом**





1. Встанови вид обробки:

а). Сортування, миття, очищення, нарізання – це \_\_\_\_\_

б). Варіння, смаження, тушіння – це \_\_\_\_\_

2. Встанови назви кожного виду нарізки:



3. Обери правильну відповідь

*Перед готуванням картоплю, моркву, буряки та інші коренеплоди старанно миють і чистять гострим ножем з коротким лезом?*

а). так                                      б). ні

*Очищаючи цибулю, спочатку знімають шар сухого листя, а потім зрізають денце?*

а). так                                      б). ні

*З капусти знімають забруднені підгнилі листки, вирізають качан?*

а). так                                      б). ні

*Овочеві набори для салатів, приготовлені заздалегідь, можна зберігати і не в холодильнику в очищеному вигляді?*

а). так                                      б). ні

*Очищену картоплю можна зберігати дуже довго?*

а). так                                      б). ні



4. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Для нарізування скибочками \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ розрізають навпіл або начетверо й ріжуть уперек на \_\_\_\_\_.

Для нарізування брусочками \_\_\_\_\_ й картоплю ріжуть на \_\_\_\_\_ завтовшки 1 см, а потім на \_\_\_\_\_. З брусочків можна нарізати \_\_\_\_\_.

Гребінці, \_\_\_\_\_ одержують з \_\_\_\_\_ моркви для прикрашування холодних закусок. По всій довжині моркви роблять неглибокі надрізи-борозенки під кутом 45 градусів, а потім нарізують навпіл на фігурні скибочки.

**Слова-підказки:** моркву, петрушку, картоплю, скибочки, коренеплоди, пластини, брусочки, кубики, зірочки, вареної.



5. Потренуйся нарізати моркву зірочками, кубиками, соломкою, брусочками, кільцями та на півкільцями.



**Тема. Способи обробки м'ясних продуктів**



### 1. Закінчи речення

- 1) М'ясо – одне з основних джерел \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_.
- 2) До складу м'яса входять вода, мінеральні речовини, \_\_\_\_\_.
- 3) М'ясо буває свіже, охолоджене, \_\_\_\_\_.
- 4) З м'яса готують різноманітні страви, ковбаси, сосиски, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ тощо.



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Первинна обробка м'яса - \_\_\_\_\_, якщо м'ясо морозжене, при кімнатній \_\_\_\_\_, миття в холодній \_\_\_\_\_ воді (місця, покриті жиром, обмивають теплою водою; особливо забруднені місця і клеймо обрізують ножем). Після цього видаляють зайвий \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ і готують із м'яса різноманітні страви або \_\_\_\_\_.

Для одержання м'ясного фаршу м'ясо пропускають через \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** розморожування, температурі, проточній, жир, плівки, сухожилля, напівфабрикати, м'ясорубку.



### 3. Обери правильну відповідь

Теплова обробка м'яса – це відварювання, запікання, смаження, тушкування?

- а). так    б). ні

М'ясо варять для приготування лише перших страв?

- а). так    б). ні

Щоб відварити м'ясо, його закладають у холодну воду, доводять до кипіння, знімають піну, зменшують нагрів і варять до готовності?

- а). так    б). ні

Готовність м'яса визначають куштуючи його?

а). так

б). ні

*Смажать м'ясо великими шматками і дрібнішими, а також у вигляді виробів з котлетної маси?*

а). так

б). ні



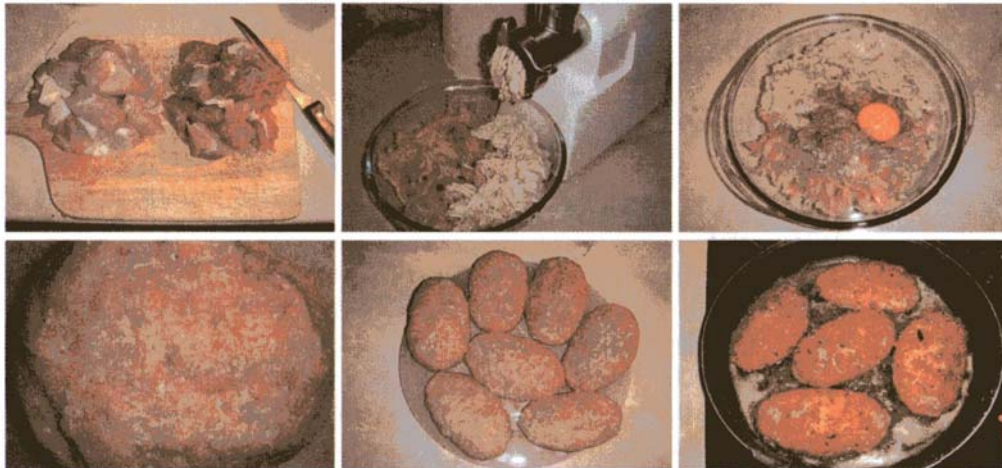
4. Заповни схему та запам'ятай види обробки м'яса



**Слова для довідки:** *відварювання, розморожування, миття, запікання, смаження, очищення, тушкування.*



5. За малюнком назви та опиши етапи приготування котлет



6. Дай відповіді

*Які види м'яса розрізняють?*

*Які м'ясні страви готують у твоїй родині?*

**Тема. Способи обробки рибних продуктів**



### 1. Закінчи речення

- 1) Риба – цінний продукт \_\_\_\_\_.
- 2) До складу риби входять білки, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
- 3) З риби можна приготувати різні страви: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
- 4) Риба – продукт, який швидко псується, особливо якщо \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
- 5) У продаж надходять риба жива, охолоджена, морожена, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.
- 6) У свіжій риби блискуча луска і \_\_\_\_\_.



### 2. Заповни схему та запам'ятай види обробки риби



**Слова для довідки:** варіння, розморожування, припускання, миття, вимочування, запікання, смаження, очищення, тушкування.



### 3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Тушкована риба.

Очищену від \_\_\_\_\_ і випотрошену рибу нарізають порційними \_\_\_\_\_, солять, \_\_\_\_\_, складають у мілку \_\_\_\_\_, додають \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ або свіжі \_\_\_\_\_, солодкий стручковий \_\_\_\_\_, лавровий \_\_\_\_\_, щільно закривають і ставлять \_\_\_\_\_.

У процесі тушкування м'якоть солоної риби стає \_\_\_\_\_, а в дрібній при тривалому тушкуванні м'якшають \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** луски, кусками, підсмажують, каструлю, цибулю, томат-пюре, помідори, перець, лист, тушувати, соковитою кості.



4. Обери правильну відповідь

*Очищену і випотрошену рибу нарізають на куски не більше 10 см?*

- а). так                                      б). ні

*Дрібну рибу смажать цілою?*

- а). так                                      б). ні

*Щоб риба була соковитішою, її замочують у воді?*

- а). так                                      б). ні

*Смажать на гарячій сковороді з жиром?*

- а). так                                      б). ні



5. За малюнком назви та опиши етапи приготування смаженої риби



**Тема. Санітарно-гігієнічні вимоги і правила безпечної роботи під час приготування їжі**



1. Дай відповіді на запитання

Що треба одягати під час приготування їжі? \_\_\_\_\_

---

Як треба доглядати за руками під час приготування їжі? \_\_\_\_\_

---

Що тобі може знадобитися під час приготування їжі? \_\_\_\_\_

---



2. Обери обладнання та пристосування, які повинні бути під рукою під час приготування їжі. Назви їх. Поясни для чого вони необхідні



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

**ЗАПАМ'ЯТАЙ!**

Слід додержуватися строків зберігання \_\_\_\_\_.  
 Продукти й готові \_\_\_\_\_ слід тримати в закритому  
 \_\_\_\_\_. Перед приготуванням їжі слід  
 \_\_\_\_\_. Кухню тримайте в \_\_\_\_\_, стежте  
 за правильним горінням \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** продуктів, страви, посуді, мити руки, чистоті, газу.

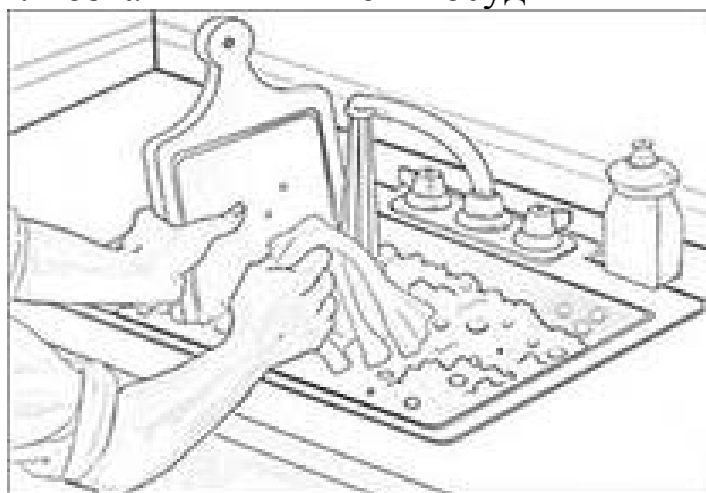


4. Встанови послідовність операцій під час приготування їжі.

Яке зображення є неприпустимим на кухні охайної господині?



5. Розмалюй. Розкажи як ти миєш посуд



**Тема. Приготування їжі. Меню обіду**





Першу страву можна замінити гарніром?

- а). так б). ні

М'ясні продукти та жири краще засвоюються, якщо їх використовувати разом з овочами?

- а). так б). ні

Завершують обід солодкі страви?

- а). так б). ні



4. Запам'ятай

*Меню обіду складається з трьох-чотирьох страв. Меню змінюється залежно від пори року.*



5. Обери страви, які можуть входити до меню обіду



**Тема. Приготування закусок**



1. Дай визначення поняттю:

*Закуси* - \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.



2. Дай назву зображеним закускам:



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Закуска* має бути \_\_\_\_\_. *Закуси* готують з овочів (\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_), рибних і м'ясних продуктів (\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_). Вони збуджують \_\_\_\_\_, сприяють кращому засвоєнню \_\_\_\_\_. На сніданок (вечерю) закуски можуть бути основною \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_ готують із свіжої капусти з \_\_\_\_\_ й \_\_\_\_\_; із зеленої \_\_\_\_\_ з яйцем; з \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ із цибулею; із свіжих чи солених огірків із цибулею; із \_\_\_\_\_ з цибулею та яйцями; з \_\_\_\_\_ з солоними огірками та цибулею.

У деякі салати додають варені \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_ тощо.

**Слова-підказки:** *небагато, салати, вінегрет, холодна, риба, оселедець, холодець, апетит, їжі, стравою, салати, яблуками, морквою, цибулі, помідорів, огірків, редьки, картоплі, яйця, рибу, м'ясо.*



4. Обери правильну відповідь

*Закуси сприяють раціональному харчуванню?*

а). так                                      б). ні

*Багато продуктів входить до їх складу в сирому, натуральному вигляді?*

а). так                                      б). ні

*Закуси подають до столу в останню чергу?*

а). так                                      б). ні



5. Відгадай страву за описом (назвати страву, визначити, яка вона – щоденна чи святкова)

1. Відокремлений від м'яса підшкіряний свинячий жир, що зберігається солоним і вживається сирим, смаженим чи вареним. \_\_\_\_\_

2. Популярна в Україні рідка страва, яка вариться з посічених буряків, капусти, картоплі, та інших овочів і приправ. \_\_\_\_\_

3. Одна з 12 обов'язкових страв на Свят – вечір, яку готують з пшениці, заправляють тертим маком, горіхами, медом. \_\_\_\_\_

4. Українська національна страва – невеликий варений виріб, зліплений з прісного тіста і начинений сиром, ягодами, капустою. \_\_\_\_\_

## Тема. Приготування перших страв



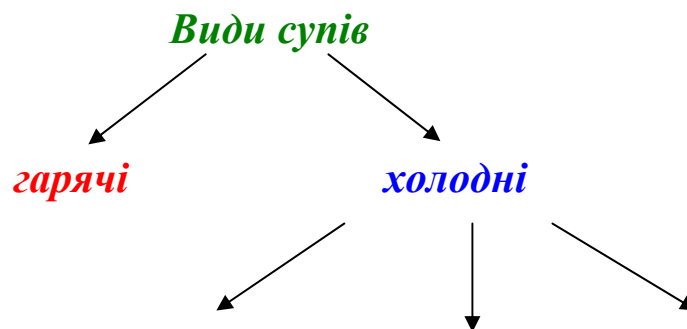
1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Супи в поживному відношенні – це важлива складова \_\_\_\_\_, що сприятливо діє на \_\_\_\_\_. Їх готують на \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_ бульйонах, на \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ відварах, на молоці, квасі. До складу супів входять: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ тощо.

**Слова-підказки:** обіду, травлення, м'ясному, рибному, грибному, овочевих, фруктових, ягідних, картопля, овочі, крупи, макаронні вироби, фрукти.



2. Заповни схему та запам'ятай види супів



**Слова для довідки:** заправні, пюреподібні, прозорі.



3. Встанови вид супу:



4. Обери правильну відповідь

*М'ясний бульйон готують із яловичини, свинини чи їх кісток?*

- а). так                                  б). ні

*Щоб приготувати бульйон м'ясо й кістки потрібно промити в двох-трьох водах?*

- а). так                                  б). ні

*Бульйон готують на сильному вогні?*

- а). так                                  б). ні

*Піну з поверхні бульйону прибирати не обов'язково?*

- а). так                                  б). ні

*М'ясний бульйон варять до напівготовності?*

- а). так                                  б). ні

*До бульйону додають очищені моркву, корінці петрушки, ріпчасту цибулю, сіль?*

- а). так                                  б). ні

*До супу на м'ясному бульйоні можна додати макаронні вироби, картоплю, крупи?*

- а). так                                  б). ні

*Супи не варять без м'яса?*

- а). так                                  б). ні



5. Встанови кількість продуктів для однієї порції м'ясного бульйону:

*М'ясо з кісткою* - \_\_\_\_\_Г

*Вода* - \_\_\_\_\_Л

*Коріння (морква, петрушка)* - \_\_\_\_\_Г

*Цибуля ріпчаста* - \_\_\_\_\_Г

**Тема. Приготування овочевих страв**



а). так

б). ні

*Овочі приготовлені у скороварці будуть кориснішими ніж на сковороді?*

а). так

б). ні



3. Обери посуд у якому можна готувати овочеві страви. Дай йому назву:



4. Відгадай загадки:

*Сидить бабуся  
Не в одному кожусі,  
Хто її роздягає,  
Той сльози проливає.*

\_\_\_\_\_

*Сто хустин собі напнула,  
Кожушок вдягнуть забула*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Неприваблива, шишуквата,  
А як прийде на стіл вона,  
Скажуть весело хлоп'ята:  
— Ну й розсипчаста, смачна.*

\_\_\_\_\_

*Сидить баба у коморі,  
А коса її надворі.*

\_\_\_\_\_

**Тема. Приготування солодких страв**





1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Солодкі страви подають на обід на \_\_\_\_\_. Це - \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ тощо. Їх можна приготувати із різних \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ - свіжих, сухих, свіжоморожених.*

**Слова-підказки:** третє, компоти, киселі, напої, фруктів, ягід.



2. Обери страви, які можна подавати на третє на обід. Дай їм назву:



3. Закінчи речення:

1). Для приготування солодких страв використовують свіжі, заморожені чи сушені \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

2). Особливо корисні \_\_\_\_\_.

3). Смачні киселі з \_\_\_\_\_

4). Компоти можна готувати із \_\_\_\_\_

5). Муси – це \_\_\_\_\_



4. Встанови кількість продуктів для приготування компоту із свіжих яблук та вишень:

Яблука і вишні - \_\_\_\_\_ кг

Вода - \_\_\_\_\_ л

Цукор - \_\_\_\_\_ ст. л.



5. Встанови послідовність дій під час приготування киселю із журавлини:

\_\_\_ Посуд з киселем зняти з вогню, додати раніше віджатий сік і ретельно перемішати.

\_\_\_ Готовий кисіль розлити у вазочки чи склянки, зверху посипати цукром, щоб не утворювалася плівка.

\_\_\_ З розім'ятою маси віджати сік.

\_\_\_ Помішуючи влити розбавлений крохмаль і знову довести до кипіння.

\_\_\_ Ягоди перебрати, промити й розім'яти в емальованій мисці дерев'яною ложкою.

\_\_\_ Прокип'ятити 4 – 6 хвилин, процідити крізь сито.

\_\_\_ У готовий відвар всипати цукор, лимону кислоту для збереження кольору і довести до кипіння.



**Тема. Сервірування столу до обіду**



1. Які страви рекомендують до вживання на обід? (Підкресли необхідне)

*Салати, засмажені фруктові запіканки, пироги з яблуками чи сиром, борщ, котлети м'ясні, ряжанка, кава, фруктовий чай, яєчня, молоко, овочеві котлети, смажена картопля, пиріжки, макарони, фруктові соки, омлет, смажене м'ясо, фрукти.*



2. Який посуд необхідний для сервірування столу до обіду



3. Обери правильну відповідь

*Закусочну тарілку ставлять напроти сидячого на відстані 10 см від краю стола?*

- а). так                                б). ні

*Праворуч кладуть столову виделку з зубцями догори?*

- а). так                                б). ні

*Склянку чи чашку ставлять посередині столу?*

- а). так                                б). ні

*Скатертина для сервірування столу до обіду не потрібна?*

а). так

б). ні



4. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Для сервірування столу потрібні різноманітний столовий \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_. Якщо до \_\_\_\_\_ подають закуски, то для кожного, хто обідає, ставлять \_\_\_\_\_ підставну тарілку, а на неї закусточну. Закуси подають на \_\_\_\_\_, у \_\_\_\_\_ і ставлять їх по середній лінії столу. Для закуски слід подавати окремі \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_. Перед подаванням перших страв закусточні тарілки, ножі та виделки прибирають.*

*Для \_\_\_\_\_ страв подають \_\_\_\_\_ тарілки, ставлять їх на підставні. Праворуч від тарілки кладуть ніж (лезом до тарілки), \_\_\_\_\_, а ліворуч виделки (випуклим боком донизу).*

**Слова-підказки:** посуд, прибори, обіду, мілку, блюдах, салатницях, ножі, виделки, перших, глибокі, ложку.



5. Практична вправа – намалюй прибори для сервіровки стола до обіду

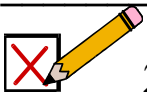
**Тема. Допомога батькам і вихователям у догляді за молодшими дітьми**



1. Дай визначення поняттям

*Навчитися працювати* - \_\_\_\_\_

*Сім'я* - \_\_\_\_\_



2. Розподіли слова на дві групи

**Що зміцнює стосунки у сім'ї?**

**Що руйнує родину?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**Довідка:** лінощі, підтримка, бійки, взаємодопомога, шкідливі звички, піклування, грубість, непоступливість, лагідність.



3. Як ти піклуєшся про своїх рідних і близьких? Підкресли відповідні твердження:

*Допомагаю по господарству.*

*Даю поради, як слід поводитися.*

*Намагаюся не засмучувати їх.*

*Іноді своєю поведінкою та вчинками зашкоджую їхньому здоров'ю.*

*Ніяк не піклуюся.*

*Доглядаю за молодшими братиками або сестричками.*



4. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Повсякденне сімейне життя складається з \_\_\_\_\_ оселі, придбання й \_\_\_\_\_ продуктів харчування, і саме головне – піклування про \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ членів сім'ї.

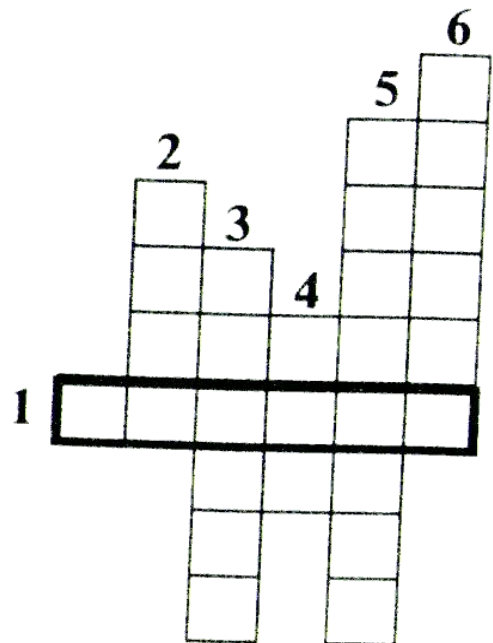
Природно, що кожен член сім'ї має виконувати свої \_\_\_\_\_. У членів сім'ї середнього шкільного віку такими обов'язками є \_\_\_\_\_ батькам у \_\_\_\_\_ за молодшими дітьми.

**Слова-підказки:** прибирання, приготування, молодших, найстаріших, обов'язки, допомога, догляді.



4. Розгадай кросворд «Родина»

1. Група близьких родичів.
2. Як ще називають батька?
3. Ким для тебе є мамин брат?
4. Особа чоловічої статі стосовно своїх батьків.
5. Діти, які народилися в один день.
6. Маленький хлопчик або дівчинка.



## Тема. Розучування рухомих ігор



1. Дай визначення поняттю

*Гра* - \_\_\_\_\_

---



2. Які ігри ти знаєш?

---

---



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Гра або, точніше, ігрові \_\_\_\_\_ проймають усе життя \_\_\_\_\_, всі його взаємини з \_\_\_\_\_: і спільна \_\_\_\_\_, і спільне \_\_\_\_\_, і слухання \_\_\_\_\_, і відвідування \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_.*

*Важливо, щоб ці ігрові моменти наповнювалися доцільним матеріалом, або гра розвивала і \_\_\_\_\_, і \_\_\_\_\_, і головне готовність до розумового та фізичного напруження.*

*Ігрова діяльність це й \_\_\_\_\_ заняття, й \_\_\_\_\_ змагання, й \_\_\_\_\_ імпровізації, й оформлене ролевим чином змагання, в якому чітко простежуються \_\_\_\_\_ дії: \_\_\_\_\_ школи, прополовання бур'янів тощо.*

**Слова-підказки:** дії, дитини, дорослими, праця, читання, музики, театру, цирку, зоопарку, пам'ять, уяву, клубні, спортивні, трудові, ремонт.



5. Практична вправа – вибрати одну з рухливих ігор та ознайомити малюків із правилами гри



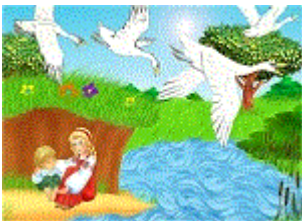
### Гра «Птахи у клітці»

Всі гравці діляться на дві групи. Одна група, взявшись за руки, шикуються в коло, зображаючи «клітку». Інші гравці — «птахи» — розміщуються зовні «клітки», створюючи зовнішнє коло.

За першим сигналом «клітка» рухається праворуч, а «птахи» стрибками переміщуються ліворуч. За другим сигналом ведучого гравці малого кола зупиняються та піднімають руки вгору — «клітка» відчинилась.

«Птахи» вільно забігають у «клітку» та вибігають з неї. За третім сигналом «клітка» зачиняється — гравці опускають руки вниз та присідають. Гравці, які опинилися в цей час у «клітці», вважаються спійманими і стають у коло, яке зображує «клітку».

За рахунок цього клітка росте, а кількість «пташок» зменшується. Так продовжується доти, поки будуть спіймані всі птахи за винятком трьох. Ці три останні птахи і є переможцями.



### Гра «Гуси-лебеді»

Всі гравці стають з одного боку майданчика — це «дім» гусей. На іншому боці — «вовче лігво». Один із гравців — ведучий — вовк, всі інші — гуси-лебеді. За сигналом: «Гуси-лебеді, в поле» діти вибігають на майданчик. Після слів: «Гуси-лебеді, додому, сірий вовк під горою!» гравці хором питають: «Що він там робить?» «Гусей скубе». — «Яких?» — «Сіреньких та біленьких, тікайте швидше додому». Після цих слів «гуси» тікають до свого дому, а «вовк» вибігає з «лігва» й ловить «гусей». Потім гра починається знову і продовжується, поки всі «гуси» (або частина) не будуть спіймані. Після цього ведучого змінюють. Перемагає «вовк», який спіймав більше «гусей» за визначений час, а також «гуси», які не були спіймані.



## Тема. Надання допомоги першокласникам в одяганні на прогулянку



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Школа – це навчальний заклад, який здійснює загальну освіту та виховання \_\_\_\_\_ . ви вже учні \_\_\_\_\_ класу. Згадайте , якими невпевненими ви були, коли вперше завітали до \_\_\_\_\_.*

*Допомогти \_\_\_\_\_ - це ваш обов'язок.*

*Допоможіть малюкам навчитися цінувати \_\_\_\_\_ , бути \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ завжди й усьому.*

*Допоможіть їм одягнутися. Зрозуміло, що одягатися потрібно за \_\_\_\_\_.*

**Слова-підказки:** дітей, 7-го, школи, першокласникам, час, охайними, організованими, сезоном.



2. Відгадай загадки

*Їх на ручки одягнемо,  
В сніжки гратися підемо.*

\_\_\_\_\_

*На голову вдягаємо,  
Вушка захищаємо.*

\_\_\_\_\_

*Нас від холоду ховає,  
Часто капюшона має.*

\_\_\_\_\_

*Лютих не боїться зим,  
Хутром вкриє нас густим.*

\_\_\_\_\_

*Не вдягають їх хлоп'ята,  
Мов принцеси в них дівчата.*

\_\_\_\_\_

*Комірець і рукави,  
Більш для хлопчиків вони.*

\_\_\_\_\_

*Від води не промокає,  
Нас від дощук ховає.*

---



3. Вибери правильно одяг, відповідно до пори року

- **влітку:** шуба, валянки, шорти, босоніжки, куртка, футболка, кепка, сарафан;

- **восени:** куртка, купальник, черевики, шапочка;

- **весною:** штани, плац, светр, валянки.



5. Встанови послідовність дій під час одягання малюків:

*Одягати малюків потрібно у такій послідовності:*

\_\_\_ Одіти рукавички.

\_\_\_ Зав'язати шарф.

\_\_\_ Одягнути куртку чи пальто.

\_\_\_ Одягнути головний убір.

\_\_\_ Одягнути взуття.

\_\_\_ Одягнути шкільний костюм (або костюм для прогулянок).



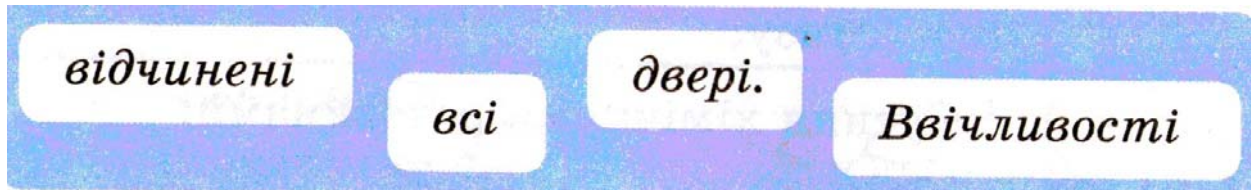
5. Практична вправа – допомогти одягнутися на прогулянку учням першого класу.



# Культура поведінки

## Тема. Поведінка в гостях

1. Склади і запишіть речення.



2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Ходять у \_\_\_\_\_ тоді, коли вас \_\_\_\_\_. Це не стосується тих, з ким ви дружите, вони у будь-який час будуть вам \_\_\_\_\_. Але в цьому випадку краще повідомляти, оскільки у близьких для вас людей можуть бути свої \_\_\_\_\_. Якщо ви зайшли на хвилинку, скажіть одразу про це \_\_\_\_\_ і не \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** *гості, запрошують, раді, плани, господарям, затримуйтесь.*

3. Встав НЕ де це потрібно:

... запізнюйтесь, якщо вас запросили на обід, вечерю чи на каву; якщо не зможете прийти – попередьте;

... обов'язково вітатися з усіма присутніми, лише з господарем;

... затримуйтесь біля дверей, коли вже зібралися йти додому;

... слід затримуватися пізно в гостях чи приходити надто рано;

... прощаються лише з господарями і дякують їм за чудовий вечір.



4. Закінчи речення:

- 1). Якщо ти прийшов у гості, поведься так щоб твій прихід був \_\_\_\_\_.
- 2). Не вмикай без кінця телевізор, радіоприймач чи телефон - \_\_\_\_\_.
- 3). Якщо ти вмієш співати, грати, читати вірші, \_\_\_\_\_.
- 4). Коли господиня запросить гостей до столу, першими сідають дівчата та їхні мами. Хлопці проводжають дівчат до столу, \_\_\_\_\_.
- 5). За столом не тягнися першим до найсмачнішого, дивись, щоб \_\_\_\_\_.
- 6). Якщо хочеться позіхнути, зумій стриматися або \_\_\_\_\_.
- 7). Якщо хтось із гостей тобі неприємний, не \_\_\_\_\_.



5. Розмалюй. Склади невелике оповідання за малюнком




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Тема. Як правильно вибрати подарунок



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Подарунок – це один з найпоширеніших способів виявлення \_\_\_\_\_ . Подарунок має приносити людині \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ . Даруйте людям те, що їм хотілося мати, чи те, від чого їм буде \_\_\_\_\_ .*

*Не можна дарувати речі, які захаращують маленьку кімнату: великі \_\_\_\_\_ у вазонах, великі \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_ , які не знаєш куди поставити. Не прийнято дарувати речі, що відносяться до \_\_\_\_\_ ; не дарують того, що не потрібно самому, наприклад, \_\_\_\_\_ речей, якщо вони не належать до антикваріату.*

**Слова-підказки:** уваги, задоволення, радість, приємно, квіти, статуї, вази, ліків, старих.



2. Обери подарунки для хлопчика та для дівчинки (з'єднай стрілочками)



**хлопчик**



**дівчинка**



3. Встав НЕ де це потрібно:

... робить формальних подарунків, аби не прийти з порожніми руками.

... можна дарувати старі речі.

... даруй подарунки неохайно упакований.

... даруй те що сам хотів би отримати собі у подарунок.

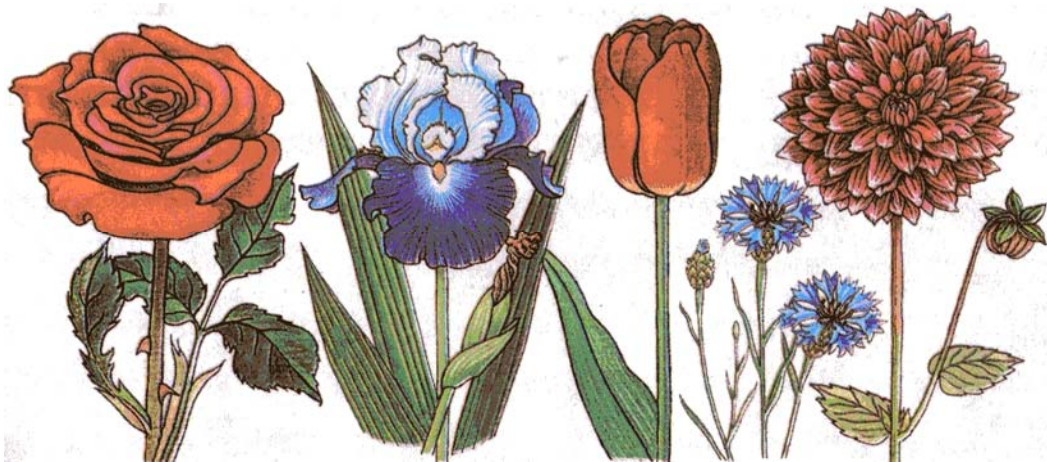
... завжди подарунок має бути дуже дорогим.

... можна виготовити подарунок своїми руками.

... завжди кращим подарунком будуть живі книги.



4. Які квіти ти подаруєш мамі, сестрі, вчительці, подрузі на день народження? (Підпиши)



5. Якими словами можна привітати іменика?



---

---

---

---

---

---

---

---

## Тема. Як правильно вручати і приймати подарунок



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Важливо вміти не тільки дарувати, а й приймати \_\_\_\_\_ . Багато людей вважають чомусь незручним виявити \_\_\_\_\_ , приймаючи подарунок. Коли тобі вручають подарунок, будь \_\_\_\_\_ до того, хто тобі його приніс. Не клади пакунок байдуже убік. Краще в цьому разі \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ пакунок, \_\_\_\_\_ , що в ньому, й подякувати ще раз.*

*Усі подарунки, незалежно від їх матеріальної \_\_\_\_\_ , приймаються з однаковою \_\_\_\_\_ . Якщо подарунок тобі не зовсім сподобався, \_\_\_\_\_ цього. Не слід засмучувати людину, яка хотіла зробити тобі \_\_\_\_\_ , але чомусь не зуміла.*

*При врученні подарунка не розповідайте, як ви \_\_\_\_\_ його, навіть, коли це виняткова річ.*

**Слова-підказки:** подарунок, радість, уважним, подякувати, розгорнути, подивитися, цінності, увагою, не показуй, приємне, добували.



2. Дай відповіді на запитання

- 1). Чи отримував ти подарунки? \_\_\_\_\_
- 2). Чи робив ти сам подарок для когось? \_\_\_\_\_
- 3). На які свята прийнято дарувати подарунки? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- 4). Що приємніше дарувати подарунок чи отримувати? \_\_\_\_\_
- 5). Чи обов'язково дякувати за подарунок? \_\_\_\_\_



### 3. Закінчи речення

Отримуючи подарунки, не відкладайте їх \_\_\_\_\_.

Подаровані вам шоколад, цукерки не ховайте, а неодмінно \_\_\_\_\_.

Якщо кілька товаришів одночасно принесли вам однакові подарунки, намагайтеся прийняти їх з \_\_\_\_\_.

Не висловлюйте, що якась річ припала вам до вподоби більше, \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_.



4. Розфарбуй подарунки. Підпиши до яких свят їх можна подарувати





## Догляд за житлом

### Тема. Прибирання житлового приміщення



1. Склади і запиши прислів'я. Як ти його розумієш?

*не там де прибирають, Чисто де не сміять. а там*

---

---



2. Обери речі, які допоможуть тобі прибрати квартиру



3. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Регулярне, або щотижневе, прибирання найчастіше проводять*  
*\_\_\_\_\_ у певній послідовності.*

Насамперед необхідно \_\_\_\_\_ вікна і квартирки,  
щоб провітрити \_\_\_\_\_.

Потім пилосос ять м'які \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, всі кути у квартирі, особливо під  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, де  
звичайно накопичується багато \_\_\_\_\_.

Вікна, дзеркала й світильники протирають м'яким \_\_\_\_\_,  
двері й підвіконня – вологою \_\_\_\_\_.

Чистять санітарно-побутові пристрої ( \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_).

Міють дерев'яну й покриту лінолеумом підлогу теплою  
\_\_\_\_\_.

Сухою ганчіркою протирають \_\_\_\_\_ лампи, оскільки  
пил, що накопичився на них, зменшує освітленість кімнати на 50–70 %.

**Слова-підказки:** по суботах, відчинити, квартиру, меблі,  
порт'єри, занавіски, ліжками, диванами, шафами, пилу, папером,  
ганчіркою, унітаз, раковину, біде, ванну, водою, електричні.



4. Чим займається дівчинка? Розмалюй



## Тема. Генеральне прибирання приміщення



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*Три рази на рік - \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ -  
потрібно проводити \_\_\_\_\_ або так зване сезонне  
прибирання квартири.*

*Для прибирання потрібно мати препарати для полірування  
\_\_\_\_\_, миття \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, чищення  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, фарбу, розчинник, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_.*

**Слова-підказки:** навесні, восени, взимку, генеральне, меблів,  
підлоги, вікон, килимів, посуду, віник, ганчірки, щітки.



2. Обери правильну відповідь:

*Для прибирання потрібен....*

- а) повсякденний одяг;                      б) робочий одяг

*Пил витирають...*

- а) перед тим, як пилососити;              б) після

*Квартирку відчиняй...*

- а) під час прибирання;                      б) після прибирання

*Підлогу протирай...*

- а) сухою ганчіркою;                      б) вологою

*Люди поважають ...*

- а) працювиту людину;                      б) ліниву.



3. Відгадай загадки

Замість віника служу,  
Дуже вам допоможу.  
Я моторний і швидкий.  
Відгадайте, хто такий.

Сміття все попідбирає,  
До пилінки позбирає.  
Нам надійний помічник,  
Працьовитий робітник.



#### 4. Закінчи речення

Напередодні прибирання із шаф виймають речі, протирають вологою ганчіркою \_\_\_\_\_.

Килими зі стін і підлоги вибивають від пилу або \_\_\_\_\_.

Книги протирають \_\_\_\_\_.

Паперові шпалери протирають сухою ганчіркою, чистять за необхідністю \_\_\_\_\_.

Порцеляновий, скляний і фаянсовий посуд мють у теплій воді і витирають \_\_\_\_\_.

Закінчують генеральне прибирання миттям і натиранням \_\_\_\_\_.



5. Склади план послідовності генерального прибирання квартири та виконай його

---

---

---

---

---

---

## Тема. Миття вікон. Види миючих засобів



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Миють \_\_\_\_\_ у такій послідовності. Знімають з \_\_\_\_\_ квіти і виносять у ванну, на кухню, на балкон чи веранду, де їх зручніше буде мити. Вологою \_\_\_\_\_ знімають \_\_\_\_\_ спочатку з внутрішніх \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_, потім між вікнами і нарешті з зовнішнього боку.

Віконні рами миють \_\_\_\_\_ водою з \_\_\_\_\_ спиртом (1 столова ложка на 1 л води). Не слід користуватися для миття віконних рам і шибок сухою пральною \_\_\_\_\_, пральним \_\_\_\_\_ і міцним (нерозведеним) нашатирним спиртом. Хоч ці речовини і полегшують \_\_\_\_\_, але вони розчиняють олійну фарбу.

**Слова-підказки:** вікна, підвіконня, ганчіркою тил, рам, шибок, теплою, нашатирним, содою, порошком, прання.



2. Обери правильну відповідь

Для миття вікон беруть невелику кількість води?

- а). так    б). ні

Брудні шибки добре пропускають сонячне світло?

- а). так    б). ні

Зручніше мити вікна в тиху похмуру погоду?

- а). так    б). ні

Миють шибки гарячою водою?

- а). так    б). ні

Витирають льною полотниною і протирають до блиску газетним папером?

а). так                                      б). ні

*Забруднені шибки добре мити миючими засобами?*

а). так                                      б). ні

*Протирають шибки зсередини у горизонтальному напрямку, зовні – у вертикальному?*

а). так                                      б). ні



### **3. Запам'ятай!**

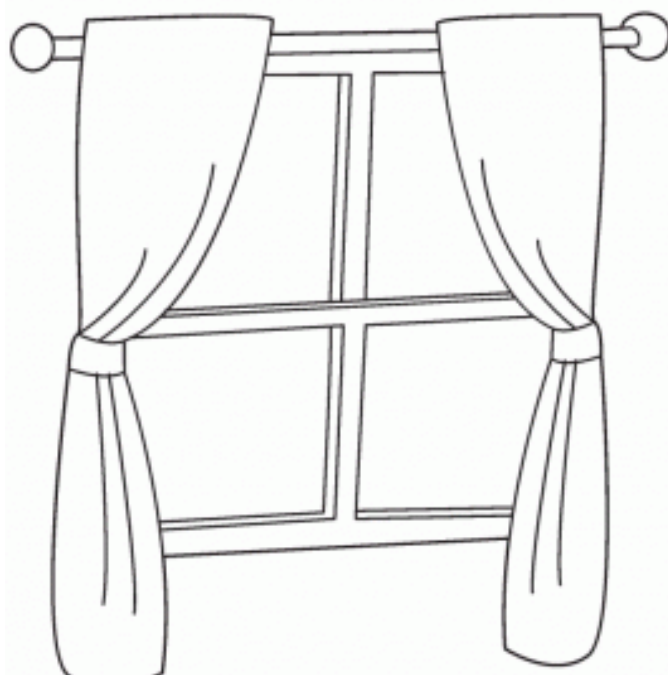
**1.** *Періодично протирай вікна м'якою шерстяною тканиною.*

**2.** *Перед чищенням вікна слід протерти вологою м'якою тканиною, щоб видалити пил.*

**3.** *Суворо додержуйтесь інструкції щодо застосування препаратів побутової хімії.*



**4.** Намалюй вікно своєї кімнати або розмалюй малюнок



## Тема. Санітарна обробка приміщень



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Безпечно, більшість наших осель \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_.

Однак не секрет, що у деяких господинь можна побачити \_\_\_\_\_ та інших шкідливих \_\_\_\_\_.

Як відомо, ці \_\_\_\_\_ комахи є розповсюджувачами інфекційних \_\_\_\_\_, крім цього, вони знищують або псують \_\_\_\_\_, речі ( \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_).

Найчастіше в наших оселях заводяться \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, які точать меблі та ін.

**Слова-підказки:** охайні, затишні, тарганів, комах, шкідливі, захворювань, продукти, меблі, одяг, книги, таргани, міль, мухи, комарі, мурашки, жуки.



2. **Запам'ятай!**

**Щоб не було цих надокучливих «квартирантів», потрібно тримати житло в ідеальній чистоті, регулярно проводити поточний ремонт, генеральне прибирання.**



3. Встав НЕ де це потрібно:

...залишай їжу у будь-яких місцях в квартирі

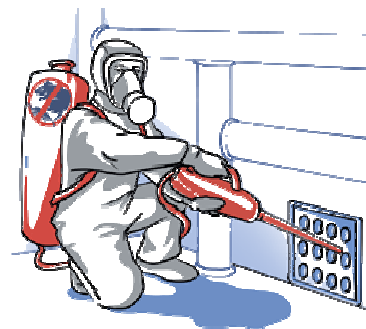
... винось щоденно сміття

- ... зберігай продукти у холодильнику
- ... роби регулярно генеральне прибирання оселі
- ... залишай брудний посуд за собою.



4. Закінчи речення

**Санітарна обробка  
приміщення**



Якщо шкідливі комахи все ж таки з'явилися, то у приміщенні необхідно робити \_\_\_\_\_.

Санітарна обробка проводиться із застосуванням \_\_\_\_\_.

Під час санітарної обробки в приміщенні не можна знаходитися \_\_\_\_\_.



5. Розмалюй





## Тема. Догляд за меблями



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Догляд за меблями починається з правильного їх \_\_\_\_\_  
та \_\_\_\_\_. Правильне розташування \_\_\_\_\_ з  
урахуванням відчинення \_\_\_\_\_, перестановки  
\_\_\_\_\_, вільних проходів, прибирання підлоги застерігає меблі від  
\_\_\_\_\_. На ніжки \_\_\_\_\_, стільців  
рекомендується наклеїти клаптики сукна, фетру.

**Слова-підказки:** добору, розташування, меблів, дверей, стільців, пошкоджень, столів.



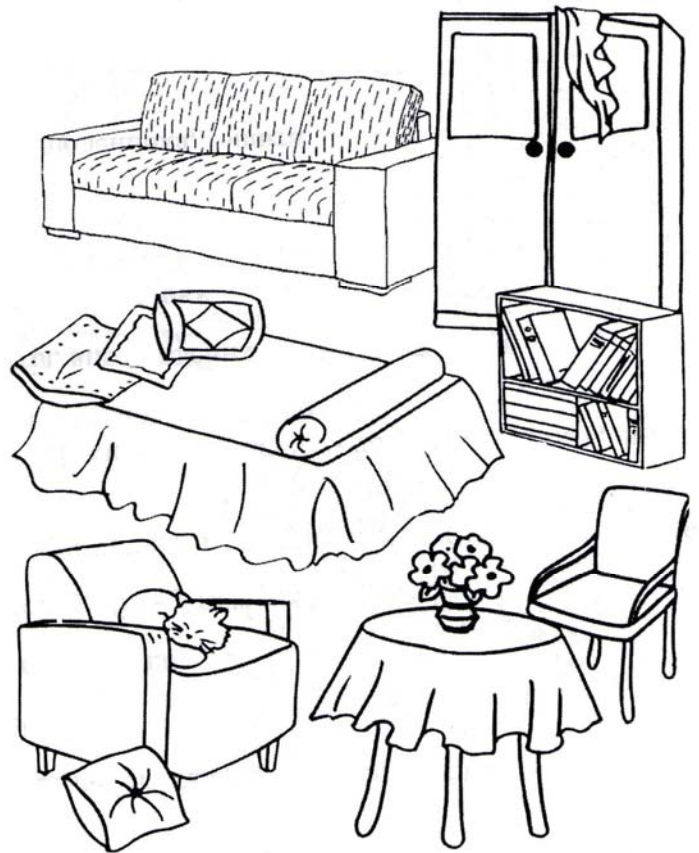
2. Розглянь малюнки. Відгадай загадки. Розмалюй  
Четверо братів  
під одним дахом живуть.

\_\_\_\_\_  
Односпальне чи двоспальне,  
Прямокутне чи овальне.  
Ми на ньому лежимо,  
А як прийде ніч – спимо.

\_\_\_\_\_  
Він не ліжко, хоч спимо,  
Лежимо і сидимо.  
Не простий, а розкладний  
Невеликий і зручний.

\_\_\_\_\_  
Є твердий, а є м'який,  
Є важкий, а є легкий.  
Ми на ньому сидимо,  
І вчимося, і їмо.

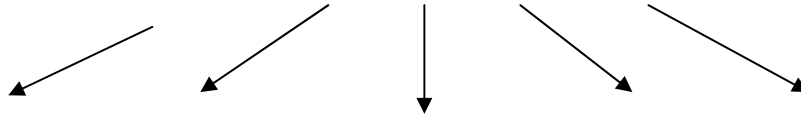
\_\_\_\_\_  
Багатур біля стіни,  
В ньому сорочки і штани.  
\_\_\_\_\_





3. Заповни схему та наведи приклади кожного виду меблів

**Види меблів**



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Слова-підказки:** звичайні, м'які, лаковані, поліровані, фарбовані



4. З'єднай стрілочками вид меблів та спосіб догляду за ними

<i>Вид меблів</i>	<i>Спосіб догляду</i>
<i>Звичайні</i>	<i>Протирають сухою тканиною</i>
<i>М'які</i>	<i>Протирають вологою тканиною</i>
<i>Лаковані</i>	<i>Миють теплою водою</i>
<i>Фарбовані</i>	<i>Протирають сухою тканиною</i>
<i>Поліровані</i>	<i>Вибивати пил з них слід лише через вологу тканину</i>



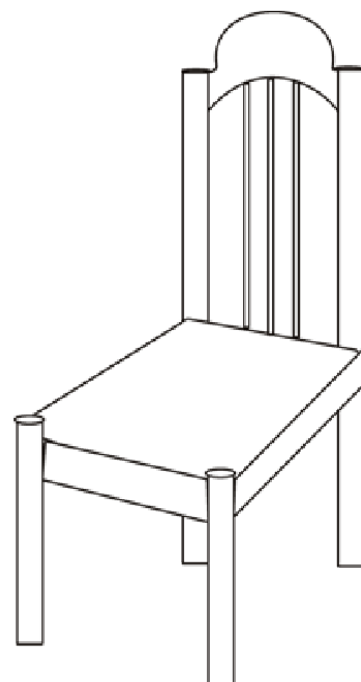
5. До якого виду меблів належить стілець? Розкажи як за ним слід доглядати. Розмалюй

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## Тема. Чищення м'яких меблів



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Меблі, як і будь-який інший предмет домашнього вжитку, потребують постійної \_\_\_\_\_ і ретельного \_\_\_\_\_.

Насамперед для правильного \_\_\_\_\_ меблів у хорошому \_\_\_\_\_ необхідне відповідне \_\_\_\_\_.

Найбільше шкодить меблям \_\_\_\_\_, надто висока або низька \_\_\_\_\_.

Меблі добре зберігаються при температурі \_\_\_\_\_  
10 – 22 градуси С і відносній вологості – не вище 65 %.

**Слова-підказки:** уваги, догляду, зберігання, стані, середовище, вологість, температура, приміщення.



2. Обери речі, які допоможуть тобі у догляді за м'якими меблями (підкресли необхідне)



3. Встав НЕ де це потрібно:

...можна видалити бруд з полірованої поверхні мокрою полотнинкою або гарячою водою

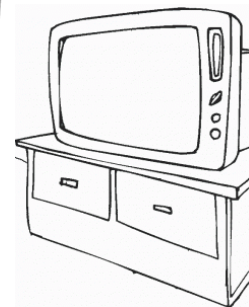
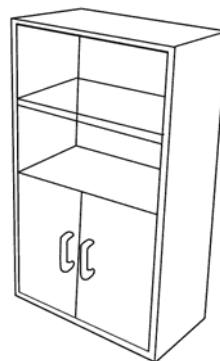
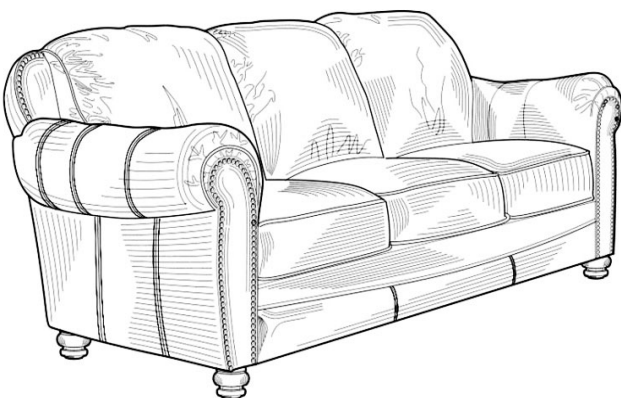
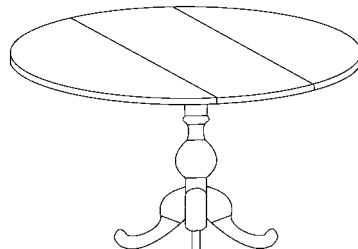
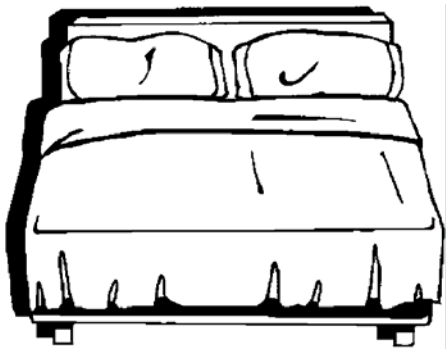
...можна ставити на поліровану поверхню теплі або мокрі предмети

...можна оновити поліровані і лакові меблі, користуючись полірувальним засобом

... обов'язково після чищення меблів необхідно провітрювати приміщення



4. Обери з наведених малюнків м'які меблі. Розфарбуй їх. Розкажи, як слід за ними доглядати



# Транспорт

## Тема. Приміський залізничний транспорт

### 1. Склади схему сучасного транспорту

*транспорт*



**Слова для довідок:** залізничний, автомобільний, повітряний, морський, річковий.



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Україна має всі різновиди сучасного \_\_\_\_\_ загального користування. Провідна роль у транспортній системі належить \_\_\_\_\_. Нині на залізничний транспорт припадає більше половини всього \_\_\_\_\_ держави.

Розвиненим є й приміський \_\_\_\_\_ транспорт. Приміські \_\_\_\_\_ забезпечують перевезення \_\_\_\_\_ на відстані недалеко від міста або зв'язують великі \_\_\_\_\_ з меншими.

\_\_\_\_\_ чи дизель потягами користуються при поїздках на \_\_\_\_\_ чи садово-городні ділянки, у зону \_\_\_\_\_, в населені пункти, що знаходяться неподалік від залізниці.

**Слова-підказки:** транспорту, залізниці, вантажообігу, залізничний, потяги, пасажирів, міста, електричками, дачі, відпочинку.

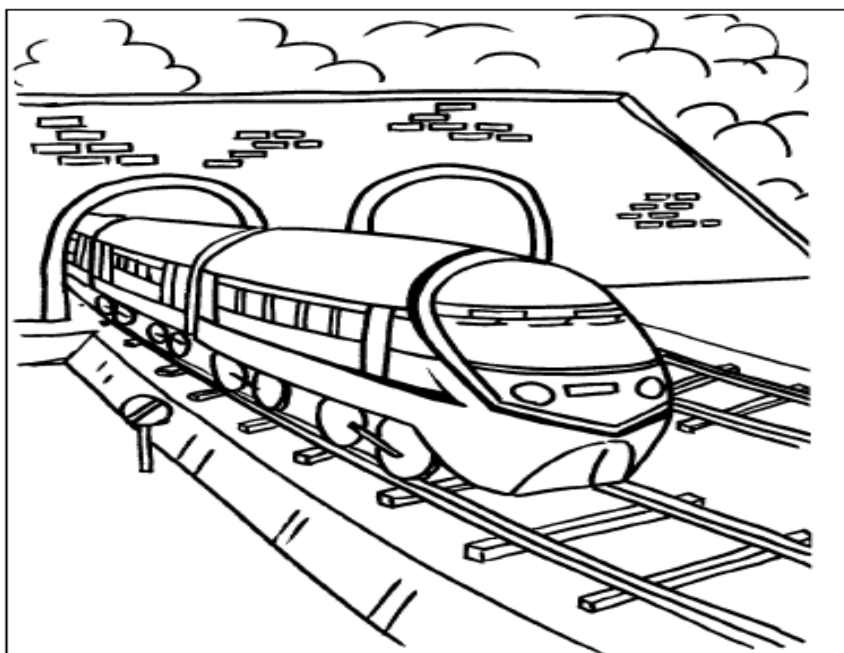


3. З'єднай зображення залізничного транспорту з його призначенням

	<i>Залізничний транспорт для перевезення вантажу на великі відстані</i>
	<i>Залізничний транспорт для перевезення пасажирів на великі відстані</i>
	<i>Залізничний транспорт для перевезення пасажирів на невелику відстань</i>



4. Як називається цей вид транспорту? Розмалуй



## Тема. Розклад руху приміських потягів



### 1. Відгадай загадки



*Кінь біжить — земля дрижить,  
із носа дим валить.*

\_\_\_\_\_

*Полотно, а не доріжка,  
кінь біжить — сороконіжка.*

\_\_\_\_\_



*В цьому місці поїзди  
Гуркотять сюди-туди.  
Каси тут, чекання зал,  
Одним словом – це ...*

\_\_\_\_\_



### 2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

*У залі для \_\_\_\_\_, на \_\_\_\_\_, біля квіткових  
\_\_\_\_\_ знаходиться розклад руху потягів у вигляді великого стенду  
чи електротабло.*

*Користуються \_\_\_\_\_ руху так. Спочатку потрібно  
знайти \_\_\_\_\_ руху (кінцева зупинка потягу), в якій зоні  
знаходиться ваша \_\_\_\_\_ (станція).*

Зона – це певний відрізок \_\_\_\_\_. До всіх зупинок чи станцій, що знаходяться в цій зоні, \_\_\_\_\_ проїзного \_\_\_\_\_ однакова.

Далі потрібно звернути увагу на \_\_\_\_\_ відправлення та час прибуття на кінцеву зупинку (станцію). Для економії часу слід користуватися довідковою \_\_\_\_\_ вокзалу чи станції, яка повідомляє про час \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** пасажирів, пероні, кас, розкладом, напрямом, зупинка, залізниці, ціна, час, службою, відправлення.

### 3. Встав НЕ де це потрібно:

... слід забувати про правила поведінки у транспорті та громадських місцях

... обов'язково на вокзал чи станцію треба прибути заздалегідь

...слід слідкувати за оголошеннями чергового диспетчера, який оголошує на яку колію подається потяг

... варто звіряти час за станційним годинником



### 4. Встанови послідовність у порядку придбання квитків на потяг:

\_\_\_ Розплатися й подякуй

\_\_\_ Визнач, яка каса продає квитки на ваш напрямом

\_\_\_ Купуючи квиток, назви напрямом, до якої станції, кількість квитків і які квитки потрібні

\_\_\_ Займи чергу до каси



# Торгівля

## Тема. Промтоварні магазини

1. Складіть схему промтоварних магазинів. Наведіть приклади товарів, які продаються у кожному з цих магазинів

*магазини*

Diagram showing three arrows pointing downwards from the word "магазини" to three sets of horizontal lines for writing.

*Слова для довідок: універмаг, універсам, спеціалізовані магазини.*

2. Наведіть приклади промтоварних магазинів у яких ви робите покупки. До якого виду магазинів він належить?

Назва магазину	Вид магазину



3. З'єднай зображення товару з назвою відділу промтоварного магазину, де його можна придбати

<p><i><b>Промислові товари</b></i></p>	<p><i><b>Відділ магазину</b></i></p>
	<p><i><b>Одяг</b></i></p>
	<p><i><b>Іграшки</b></i></p>
	<p><i><b>Взуття</b></i></p>
	<p><i><b>Будівельні товари</b></i></p>
	<p><i><b>Господарські товари</b></i></p>
	<p><i><b>Побутова техніка</b></i></p>

# Засоби зв'язку

## Тема. Види бандеролей



### 1. Відгадай загадки

*Заклеїли клеєм міцно  
І до мене прислали швидко  
Я його не пожалкую  
Отримаю та розпакую*

*Спочатку задзвонить  
Приємний дзвінок  
А потім почую  
Знайомий голосок*



### 2. Назви відомі тобі засоби зв'язку?

Дай назву кожному виду поштового відправлення



Служба пошти		Служба пошти		Служба пошти	
Сторінка 1 з 1	№ документа	№ документа	№ документа	№ документа	№ документа
<b>ТЕЛЕГРАМА</b>					
Відправителю вказати: ПРИБЛИЗНО ВІДПОВІДЬ					
Кому, куди: 72306, в. Шумська ул. Лесюк, 6.5, кв. 128					
Місто/район/область: Житомирська область/Житомирська область/Житомирська область					
Платити гроші: <input type="checkbox"/> грошима <input type="checkbox"/> запискою <input type="checkbox"/> запискою					
Примітка: в разі отримання грошей вказати в якості платіжника					
Служба пошти пошти 72306, в. Шумська, 6.45, кв. 122					

### 3. Складіть схему видів бандеролей

#### *Види бандеролей*



**Слова-підказки:** *прості, цінні, рекомендовані*



4. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Бандероллю пересилають переважно дрібні речі ( \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, предмети \_\_\_\_\_ тощо) вагою до \_\_\_\_\_ кг.

Пакування бандеролей є різноманітним залежно від \_\_\_\_\_, в який пакується бандероль ( \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_).

Бандеролі для страховки оцінюються. Цінність залежить від реальної \_\_\_\_\_ речей, які пересилаються. При відправленні \_\_\_\_\_ здійснюється опис речей із зазначенням їх \_\_\_\_\_. Рекомендовані бандеролі доставляються з відміткою про \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** *книги, фотографії, гігієни, папір, картон, тканина, вартості, бандеролі, ціни, вручення.*



## Тема. Упакування бандеролей і посилок. Заповнення бланків та описів. Відправка бандеролей і посилок



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

У кожному відділенні \_\_\_\_\_ є перелік предметів, які можна пересилати \_\_\_\_\_. Бандероль перевіряється і упаковується \_\_\_\_\_ пошти.

Залежно від \_\_\_\_\_, які пересилаються добирається пакувальний матеріал. Якщо пересилають скляні речі або речі, що можуть при пересилці зіпсуватися, - пакувальний \_\_\_\_\_ має бути твердим, а всі предмети обгорнутими чи перекладеними м'яким \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_.

Дрібні речі необхідно скласти у поліетиленовий \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_. Предмети одягу чи дрібні речі загортаються в цупкий \_\_\_\_\_ і перев'язуються чи обшиваються \_\_\_\_\_.

Бандероль \_\_\_\_\_ можуть \_\_\_\_\_ у \_\_\_\_\_ відділенні.

**Слова-підказки:** зв'язку, бандероллю, працівником, речей, матеріал, папером, ватою, тканиною, мішечок, коробку, папір, тканиною, упакувати, поштовому.



2. Закінчи речення

На упаковці бандеролі виступає, праворуч пишуть адресу, прізвище, ім'я та по батькові \_\_\_\_\_.

Угорі, ліворуч – адресу, прізвище, ім'я по батькові \_\_\_\_\_.

Потім заповнюють бланк для відправлення бандеролі і здають для оформлення \_\_\_\_\_.

Бланки заповнюють чітким розбірливим почерком, синім або чорним чорнилом із зазначенням категорії бандеролі і \_\_\_\_\_



### 3. Обери правильну відповідь

*Бандероль і посылку можна запакувати будь-як?*

- а) так                      б) ні

*Бандероль може бути вагою від 50 г до 1 кг?*

- а) так                      б) ні

*Пересилати можна будь-які речі?*

- а) так                      б) ні

*Необхідно заповнити бланк із адресою та прикріпити його до посылки чи бандеролі?*

- а) так                      б) ні

*Вартість пересилки залежить від відстані та від оцінки вартості речей, що пересилаються?*

- а) так                      б) ні

*Власник відправлення отримує квитанцію?*

- а) так                      б) ні



4. З'єднай зображення товару з назвою відділу промтоварного магазину, де його можна придбати



# Медична допомога

## Тема. Домашня аптечка. Термометр



1. Дай визначення поняттям

*Аптечка* - \_\_\_\_\_

---

*Термометр* - \_\_\_\_\_

*Гірчичники* - \_\_\_\_\_

---



2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Універсальна \_\_\_\_\_ першої \_\_\_\_\_ призначена для надання першої допомоги на \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, в \_\_\_\_\_, у польових і домашніх умовах. До її складу входять: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ засоби (анальгін, амідопірін, ацетилсаліцилова кислота); \_\_\_\_\_ засоби (настойка валеріани); \_\_\_\_\_ засоби (таблетки від кашлю), засоби, які застосовують при болях у шлунково-кишковому тракті (таблетки з екстрактом красавки, натрію гідрокарбонату); активоване \_\_\_\_\_ для адсорбції газів у кишечнику; таблетки \_\_\_\_\_, які кладуть під язик при болях в ділянці серця; розчин \_\_\_\_\_ (нашати́рний спирт) для вдихання при запамороченні; антисептичні засоби для промивання ран (пероксид водню, перманганат калію, з якого готують розчин рожевого кольору), для полоскання рота та горла, змазування \_\_\_\_\_, країв ран

(спиртовий розчин йоду), \_\_\_\_\_ та пом'якшення шкіри (борний вазелін).

**Слова-підказки:** аптечка, допомоги підприємстві, будівництві, турпоходах, беззаспокійливі, жарознижуючі, протизапальні, заспокійливі, відхаркуючі, вугілля, валідолу, аміаку, промивання, полоскання, подрятин, дезинфекції.



3. Обери речі які мають бути в універсальній аптечці





## Тема. Місцеві лікарські рослини



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Для лікування хворих \_\_\_\_\_ використовували ще в глибоку давнину. У Київській Русі ці рослини почали заносити в \_\_\_\_\_, а з XVIII століття \_\_\_\_\_ рослини почали вирощувати на «аптечних городах». З розвитком \_\_\_\_\_ й \_\_\_\_\_ промисловості застосування лікарських рослин поступово зменшується.

Нині офіційна і народна \_\_\_\_\_ з новим інтересом звертається до лікарських рослин. Їх використання дає змогу ефективно лікувати \_\_\_\_\_ без побічних \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** рослини, книги-травники, лікарські, хімії, фармацевтичної, медицина, проявів, ускладнень.



2. Запиши назви відомих тобі лікарських рослин

---

---



3. Відгадай загадки

Хоч колюча та чорнюча,  
Хоч і кисла, та смачнюча.  
Зачеплюсь за одежину,  
Ти зірви мене, \_\_\_\_\_



Листячко довгасте з жилками-нитками  
Можеш ти прикласти до своєї рани.  
Вздовж доріг, стежинок я люблю рости,  
Скрізь мене побачиш, де крокуєш ти.



---



«Любить-не любить»,  
 - ворожать дівчата.  
 Та не для цього мене треба рвати.  
 Протизапальну маю я дію.  
 Звуся ... і сонцю радію.



#### 4. З'єднай зображення лікарських рослин з їх застосуванням

<i><b>Лікарські рослини</b></i>	<i><b>Коли їх можна застосовувати</b></i>
	<p><i>Плоди з медом вживають від кашлю при простуді</i></p>
	<p><i>Настій та чай застосовують при простуді, запаленні нирок та підвищеному нервовому збудженні</i></p>
	<p><i>Для внутрішнього лікування та для промивання очей, ран, полоскання рота, горла</i></p>
	<p><i>Застосовується як кровоспинне при легеневих, кишкових, носових кровотечах</i></p>
	<p><i>Діє як кровоспинний, протимікробний засіб. Лікують хвороби шлунку, кровотечі, опіки, рани</i></p>

## Тема. Правила оброблення рани та накладання пов'язки



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Перша медична \_\_\_\_\_ може бути надана самим \_\_\_\_\_ або іншими людьми, які перебуватимуть поряд, тому \_\_\_\_\_ її надання мають знати всі.

Перша медична допомога – це тимчасова зупинка \_\_\_\_\_, накладання стерильної \_\_\_\_\_ на рану, опечену поверхню, штучна \_\_\_\_\_ легенів і непрямий масаж \_\_\_\_\_; крім того, можна дати \_\_\_\_\_ засіб, \_\_\_\_\_, загасити палаючий одяг, забезпечити транспортну іммобілізацію, \_\_\_\_\_, укриття від спеки, \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** допомога, потерпілим, правила, кровотечі, пов'язки, вентиляція, серця, беззаспокійливий, антибіотики, зігрівання, холоду.



2. Дай визначення поняттю

**Раною** називають \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Складіть схему видів ран

### Види ран



**Слова-підказки:** різані, рублені, рвані, укушені, колоті, ударені, вогнестрільні

4. Встав НЕ де потрібно:

... всі рани вважаються інфікованими

... мікроби потрапляють у рану разом з предметом, що поранив, землею, одягом, повітрям і від доторкування руками

... мікроби можуть викликати запалення, гангрену, правець, що може бути причиною смерті

... обов'язкова при будь-якому пораненні звертатися до лікаря

... потрібно самостійно надати первинну медичну допомогу



5. Обери предмети, які знадобляться для надання допомоги хлопчикові, що забив коліно. Розмалюй



6. У якій послідовності треба обробляти рани при порізах і подряпинах? Пронумеруй

\_\_ Змастити йодом

\_\_ Промити перекисом водню

\_\_ Обробити рану зеленкою

\_\_ Заклеїти лейкопластиром або забинтувати.

## Тема. Правила надання першої допомоги при ударах, розтягненнях і вивихах



1. Наведи рамки, у яких містяться назви травм, що вимагають звернення до лікаря

подряпини

вивих

укус оси

удар головою

перелом кістки



2. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

При сильних ударах можуть ушкоджуватися як \_\_\_\_\_ тканини, так і внутрішні \_\_\_\_\_. Ознаками удару є \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ (синяк).

При пораненні потерпілому накладають тугу \_\_\_\_\_, кладуть \_\_\_\_\_, забезпечують \_\_\_\_\_.

При травмах голови можливі ушкодження головного мозку: \_\_\_\_\_ або \_\_\_\_\_. Ознаки ударів – головний біль, \_\_\_\_\_, блювота, свідомість у потерпілого збережена. При струсі головного мозку – втрата \_\_\_\_\_, блювота, сильний головний біль, \_\_\_\_\_. Перша медична допомога (\_\_\_\_\_) – повний спокій, холод на голову.

**Слова-підказки:** поверхневі, органи, біль, припухлість, крововилив, пов'язку, холод, спокій, удар, струс, нудота, блювота, свідомості, запаморочення, ПМД



3. Запам'ятай!

*При ударах і розтягненнях накладають тугу пов'язку та холод.*

*При вивихах суглобів фіксують кінцівку, терміново доставляють потерпілого до травмпункту чи лікарні.*



4. З'єднай види травм з наданням першої медичної допомоги при них

<b>Травми</b>	<b>Як надати ПМД</b>
<b>Удар голови та трус головного мозку</b>	<i>Не треба намагатися його вправити. Необхідно забезпечити нерухомість кінцівки – накласти шину</i>
<b>Розтягнення зв'язок</b>	<i>Накладають цупку пов'язку, холод, забезпечують холод кінцівці</i>
<b>Вивих</b>	<i>Повний спокій, холод на голову</i>

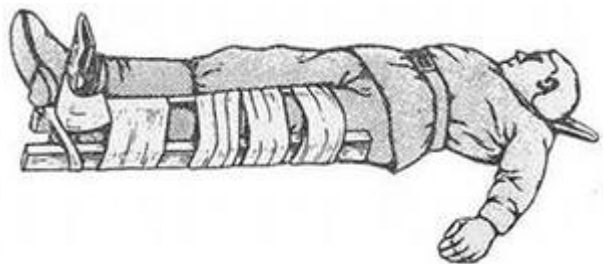


5. Виконай практично

- 1). Які речі можна використовувати для накладання шини?
- 2). Наклади кілька різних видів пов'язок (на руку, голову, тулуб)
- 3). Зроби аналіз виконаних перев'язок
- 4). Наклади шини на кінцівки при уявних переломах



6. Розглянь малюнки. Які ушкодження у потерпілих?



# Промислові та сільськогосподарські підприємства

## Тема. Промислові підприємства



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Підприємство – головна ланка в структурі \_\_\_\_\_.

Підприємство виготовляє та реалізує \_\_\_\_\_, виконує \_\_\_\_\_ й надає \_\_\_\_\_ відповідно до Статуту та угод і домовленостей.

Підприємство приймає на роботу \_\_\_\_\_, купує \_\_\_\_\_, технологічне \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ й \_\_\_\_\_, організовує виробничий процес, займається \_\_\_\_\_ виготовленої продукції.

Промислові підприємства – це \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, промислові \_\_\_\_\_, малі підприємства, які виробляють різноманітну продукцію та \_\_\_\_\_ для споживання населенням. Ці підприємства займаються \_\_\_\_\_ чи механічною \_\_\_\_\_ сировини, їм властивий поділ праці за операціями.

**Слова-підказки:** економіки, продукцію, роботу, послуги, працівників, машини, сировину, матеріали, реалізацією, заводи, фабрики, фірми, товари, переробкою, обробкою.



2. Дай відповіді

- 1). Які промислові підприємства тобі відомі? \_\_\_\_\_
- 2). Які товари чи послуги на них виготовляють? \_\_\_\_\_
- 3). На яких підприємствах працюють твої батьки, знайомі? \_\_\_\_\_



### 3. Закінчи речення

Підприємство у своїй структурі має \_\_\_\_\_

Місце одного або кількох працівників, забезпечене необхідними верстатами, приладами, інструментами - \_\_\_\_\_

Найпоширеніші професії фабрик - \_\_\_\_\_



### 4. З'єднай зображення товарів та назви підприємств, де вони ВИГОТОВЛЯЮТЬСЯ

<i><b>Промислові товари</b></i>	<i><b>Підприємства</b></i>
	<i>Фарфоро-фаянсовий завод</i>
	<i>Хлібозавод</i>
	<i>Кондитерська фабрика</i>
	<i>Швейна фабрика</i>
	<i>Металургійний завод</i>



## Тема. Об'єкти сільськогосподарського виробництва



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Колективні товариства (\_\_\_\_), фермерські, колективні фермерські (\_\_\_\_) і державні господарства, приватні й державні \_\_\_\_\_ ферми, колективні та приватні \_\_\_\_\_ - це форми \_\_\_\_\_ виробництва, засновані на різних формах власності.

КТ засновані на колективній обробці й використанні \_\_\_\_\_ односельцями. Це – кооперативне \_\_\_\_\_, утворене шляхом об'єднання \_\_\_\_\_ зі своєю власно. Землею для спільного ведення \_\_\_\_\_ чи \_\_\_\_\_ господарства.

Колективне товариство очолює \_\_\_\_\_ правління.

Правління обирається загальними \_\_\_\_\_ товариства на термін, встановлений Статутом або цими зборами.

**Слова-підказки:** КТ, КФ, тваринницькі, птахофабрики, сільськогосподарського, землі, підприємство, селян, сільського, лісового, голова, зборами.



2. Дай відповіді

1). Які сільськогосподарські підприємства тобі відомі? \_\_\_\_\_

2). Яку продукцію на них виготовляють? \_\_\_\_\_

3). На яких сільськогосподарських підприємствах працюють твої батьки, знайомі? \_\_\_\_\_



3. Закінчи речення

Управління КТ здійснює \_\_\_\_\_.

Голові підпорядковані \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

У великих фермерських товариствах може бути кілька ферм чи відділень: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.



4. З'єднай зображення продукції та назви об'єктів сільськогосподарського виробництва, де вони виготовляються

<i><b>Продукція</b></i>	<i><b>Сільськогосподарське виробництво</b></i>
	<i>Свиноферма</i>
	<i>Птахоферма</i>
	<i>Лісове господарство</i>
	<i>Садівниче господарство</i>

# Бюджет сім'ї

## Тема. Складові сімейного бюджету



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Дослівно \_\_\_\_\_ - це затверджений у законодавчому порядку розпис \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_ держави на рік.

Це й ще план доходів і видатків \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ або окремої \_\_\_\_\_ на певний період.

Основою для життя сім'ї є грошові надходження від кожного члена сім'ї. це і є основа \_\_\_\_\_ бюджету.

Кожна сім'я має матеріальні і духовні \_\_\_\_\_, які треба задовольнити залежно від прибутків сім'ї.

Щоб розумно і найбільш повно забезпечити потреби всіх членів сім'ї, необхідно мати \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ організувати \_\_\_\_\_ сім'ї, тобто кожен із нас має бути сімейним \_\_\_\_\_.

**Слова-підказки:** бюджет, доходів, видатків, установи, підприємства, особи, сімейного, потреби, знання, вміння, економіку, економістом.



2. Закінчи речення

Однією з складових частин сімейної економіки є \_\_\_\_\_.

Це слово означає розпис грошових \_\_\_\_\_

Прибутки та витрати – складові частини \_\_\_\_\_.

При веденні домашнього господарства ми маємо вміти складати план прибутків і витрат, вести документи по обліку, аналізувати витрати й \_\_\_\_\_.

Планування витрат - це майбутні \_\_\_\_\_.

---



3. Запам'ятай!

*Сімейний бюджет – розпис грошових прибутків і витрат на певний період.*

*Планувати – значить передбачати.*



4. Дай відповіді

- 1). Що означає слово «бюджет»?
- 2). Які статті прибутку і витрат бюджету?
- 3). Що означає планувати?
- 4). Для чого потрібно вести книгу обліку?



## Тема. Джерела прибутків



1. Відтвори текст, користуючись словами-підказками:

Джерела \_\_\_\_\_ сім'ї: заробітна плата членів сім'ї,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, прибутки від підприємницької  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ та інші \_\_\_\_\_  
з громадських фондів споживання.

Заробітна плата, пенсії, та прибутки від підприємницької  
діяльності є основними джерелами \_\_\_\_\_ сім'ї.

Ще одним джерелом прибутків може бути особисте підсобне  
\_\_\_\_\_. Його \_\_\_\_\_, яка  
безпосередньо реалізується в сім'ї на власні потреби або  
\_\_\_\_\_ на ринку, є вагомим додатком до сімейного  
бюджету.

До інших прибутків можна віднести \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_,  
\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ в лотереї, \_\_\_\_\_ на вклади,  
\_\_\_\_\_, прибуток від індивідуальної трудової діяльності.

**Слова-підказки:** прибутків, пенсії, стипендії, діяльності,  
допомоги, виплати, життя, господарство, продукція, продається,  
премії, нагороди, подарунки, виграші, відсотки, акції.



2. Закінчи речення

Значну роль в житті кожної сім'ї відіграють громадські фонди  
\_\_\_\_\_.

Чим багатша держава, тим більші виплати з громадських фондів  
споживання, вони йдуть в основному на розвиток системи безплатної  
народної освіти, на охорону здоров'я, соціальне забезпечення,  
санаторно-курортне лікування та \_\_\_\_\_



### 3. Запам'ятай!

*Прибутки сім'ї складаються з суми грошових виплат: зарплати, пенсій, стипендій, дотацій, прибутків від підприємницької діяльності, допомоги від різних джерел, отримуваних членами сім'ї.*



### 4. Обери правильну відповідь

*Зарплата і пенсії – основні джерела прибутків?*

- а) так                      б) ні

*Зарплату одержують двічі на місяць?*

- а) так                      б) ні

*Пенсію виплачують двічі на місяць?*

- а) так                      б) ні

*Стипендію отримують раз на місяць?*

- а) так                      б) ні



### 5. Дай відповіді

- 1). Хто одержує зарплату?
- 2). Хто має право на одержання пенсії?
- 3). Які бувають види пенсій?
- 4). Якими пільгами користуються інваліди з дитинства?
- 5). Які порядок та умови одержання зарплати, пенсії?
- 6). Які додаткові доходи ви знаєте?

## Тема. Визначення прибутків сім'ї. Складання доручення на одержання пенсії



1. Запитай у батьків про розмір їхньої зарплати чи пенсії. Уточни інші джерела прибутків сім'ї.
2. За зразком зроби підрахунки місячних прибутків сім'ї.
3. Зроби підрахунки прибутків сім'ї за рік.
4. Визнач річні прибутки сім'ї за середньомісячним прибутком.
5. Зроби аналіз результатів підрахунків.

### Підрахунки прибутків сім'ї

№ п/п	Статті прибутків	За місяць												За рік	
		I	II	III	IV	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI		XII
1	Зарплата членів сім'ї														
2	Пенсії														
3	Стипендії														
4	допомоги														
5	Прибутки від підсобного господарства														
6	Прибуток від підприємницької діяльності														
7	Інші прибутки														
8	Заощадження за попередній місяць														
	Сукупний прибуток сім'ї														
	Середній прибуток на одного члена сім'ї														



## 6.Склади доручення для отримання пенсії (за зразком)

*Зразок доручення:*

**ДОРУЧЕННЯ**

**Я, Стародуб Микола Петрович, доручаю одержати свою пенсію за травень 2008 року Симоненку Івану Дмитровичу.**

**Підпис**

**04.05.2008 р.**

**Підпис Стародуба М. П. засвідчую:  
Директор школи № 2 м. Києва**

**(Підпис, печатка)**

**06.05.2008 р.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Список використаних джерел

1. Бібік Н. М., Коваль Н. С. Я і Україна. Віконечко. Підручник 1 клас загальноосвітньої школи. К. «Поліграфкнига», 2002 р.
2. Бойченко Т. Є., О. Я. Савченко Основи здоров'я. Підручник для 1 класу. К. Навчальна. 2002 р.
3. Гиренко Н.А. Социально-бытовая ориентировка во вспомогательной школе. Методическое пособие для студентов дефектологических факультетов. - Славянск, 2002. - 60 с.
4. Девяткова Т.Л., Кочетова Л.Л., Петрикова А.Г. и др. Социально- бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. - М.: Владос, 2003. - 302 с.
5. Дробот Л.С., ІРЕН Н.І. Соціально-побутове орієнтування для вчителів та учнів допоміжної школи. Посібник для вчителів. — К.: ІСДО, 1995.-152 с.
6. Дробот Л. С. Світ навколо тебе, підручник 7 клас, К. «Проза», 2008 р.
7. Еременко И.Г. Олигофренопедагогика. - К.: Вища школа, 1985. -325 с.
8. Зайцев Г.. Уроки Айболита. Санкт-Петербург, «Акцидент» - 1996 г.
9. Зайцев Г.. Уроки Мойдодыра. Раста здоровым. Санкт-Петербург, «Акцидент» - 1996 г.
10. Методичні вказівки до занять з СПО в допоміжній школі А/ Укл. Мерсіянова Г.М. - К.: РУМК МНО, 1989. - 76 с.
11. Соціально-побутове орієнтування учнів допоміжної школи. Дробот Л.С., Мерсіянова Г.М. Посібник для вчителя. - К.: Освіта, 1992. - 160 с.
12. Соціально-побутове орієнтування. //Укл. Гиренко Н.А., Мерсіянова Г.М.. Програма для 5-10 класів спеціальних загальноосвітніх закладів для розумово відсталих дітей. - К.: МОН, - 2009.
13. Субчева В. П. Социально-бытовая ориентировка. Учебное пособие для специальных (коррекционных школ) – 7 клас. М. «Владос». – 2012 г.