

Міністерство освіти і науки України
Відокремлений структурний підрозділ
«Любешівський технічний фаховий коледж
Луцького національного технічного університету»



Сімейно-побутова культура та домашня економіка

Методичні вказівки до виконання контрольних робіт
для здобувачів освіти освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр

галузь знань 27 Транспорт
спеціальність 274 Автомобільний транспорт
денної форми навчання

УДК

До друку

Голова методичної ради ВСП «Любешівський ТФК ЛНТУ»

_____ Герасимик-Чернова Т.П.

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій коледжу

Бібліотекар _____ М.М. Демих

Затверджено методичною радою ВСП «Любешівський ТФК ЛНТУ»

протокол № _____ від «_____» _____ 2023 р.

Рекомендовано до видання на засіданні циклової (методичної) комісії викладачів соціально-гуманітарних дисциплін, фізичного виховання та захисту України

протокол № _____ від «_____» _____ 2023р.

Голова циклової (методичної) комісії _____ Кравчик Л.М.

Укладач: _____ Н.П.Літвинчук, викладач вищої категорії

Рецензент: _____

Відповідальний за випуск: _____ Н.П.Літвинчук, викладач вищої категорії

Сімейно-побутова культура та домашня економіка [Текст]: методичні вказівки до виконання контрольних робіт для здобувачів освіти освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр галузь знань 27 Транспорт, спеціальність 274 Автомобільний транспорт / уклад. Н.П Літвинчук. – Любешів: ВСП «Любешівський ТФК ЛНТУ», 2023 –20 с

Методичне видання складене відповідно до діючої програми курсу «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» з метою контролю та засвоєнням основних розділів дисципліни, містить тестові завдання до кожної з тем, різнорівневі завдання та перелік рекомендованої літератури.

©Літвинчук Н.П., 2023

ВСТУП

Одним із видів роботи при вивченні дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» є виконання здобувачем освіти контрольних робіт. Контрольна робота є засобом контролю виконання ним навчального плану.

Метою вивчення навчальної дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» є набуття здобувачами освіти знань з основ сімейного спілкування, вивчення законодавчої бази щодо прав та обов'язків дітей і батьків, охорони здоров'я та планування сім'ї, набуття умінь управління сімейними ресурсами з метою поліпшення рівня життя та добробуту сім'ї, суспільства.

У результаті вивчення дисципліни **здобувач освіти повинен знати:**

- нормативно-законодавчу базу про шлюб, сім'ю, здоров'я населення, планування сім'ї;
- основи сімейних відносин (соціально-біологічні, господарсько-економічні; морально-психологічні проблеми сім'ї та різновиди виховання);
- специфічну організацію домашнього господарства;
- основні принципи підприємництва в Україні;
- концептуальні аспекти харчування;
- психологію і психогігієну спілкування;

здобувач освіти повинен уміти:

- дотримуватися вимог сучасної комунікації;
- постійно збагачувати свій світогляд надбаннями світової та української культури;
- розробляти бізнес-плани для малих підприємств;
- застосовувати набуті знання у повсякденному житті.

Максимальний навчальний час на вивчення дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» складає 90 год, з них аудиторних занять не більше 50%.

Програма навчальної дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» в кінці кожного розділу подає перелік практичних завдань. Ось деякі з них:

- поняття сім'ї та шлюбу,
- розробка проекту кухні,
- варіанти розміщення меблів та обладнання,
- планування садиби та присадибної ділянки,
- ознайомлення з інвентарем для садово-городніх ділянок,
- складання і захист власного бізнес-плану,
- приготування страв української національної кухні тощо.

Не останнє місце займають різноманітні **конкурси:**

- на краще планування сімейного бюджету,
- на краще складання меню для сім'ї на день, тиждень,
- проведення родинного свята.

Варто додати, що в цьому напрямі у коледжі організовується:

- шоу «Способи виживання молодшої сім'ї в екстремальних умовах»;
- конкурси на кращий кулінарний витвір;
- конкурс сервірування та краще оформлення столу за допомогою серветок;
- проведення «занять на виробництві» (вибір пральних засобів у магазинах та на ринку за параметрами якості тощо);

- планування бюджету на 1 особу і на конкретну сім'ю (на певний місяць);
- планування висадки та висівання рослин на городі та на грядках за сумісністю.

Це та дисципліна, де немає невстигаючих, навпаки, тут кожен воліє показати себе з найкращого боку, продемонструвати власні знання, вміння, набути нових. І якщо здобувач освіти не пам'ятає, як класифікуються групи сімейних витрат, то буде знати досить багато про ведення домашнього господарства.

Дисципліна «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» є вагомим важелем у справі підготовки не лише молодшого бакалавра певної спеціальності, а громадянина і майбутнього члена сім'ї.

Розуміння сімейних та загальнолюдських цінностей, здоровий спосіб життя, вміння цивілізовано спілкуватися, самопожертва, відсікання егоїзму й поганих звичок, любов та повага до всіх і кожного – ось ті якості, що забезпечать формування особистості майбутнього спеціаліста і громадянина України.

На заняттях з дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» домінуючою формою навчання і здійснення контролю досягнутих результатів є діалог, до якого здобувачів освіти залучає викладач, спонукаючи узагальнювати вивчений матеріал, висловлювати власні думки, при цьому здійснюється перевірка та поточне оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти.

Доцільно застосовувати тестування та анкетування при вивченні кожної теми.

Підсумковою формою контролю знань та умінь здобувачів освіти є **залік**.

ПЕРЕЛІК КОНТРОЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

ТЕМА 1. СІМ'Я ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

I рівень Тестові завдання

1. Відповідно до Конституції України шлюб – це:

- а) форма взаємин між особами протилежних статей;
- б) форма суспільного регулювання статевих взаємин між особами протилежних статей, що належать до одного покоління, але різних родів;
- в) історично зумовлена та регульована суспільством форма взаємин між чоловіком і жінкою, що визначає їхні права та обов'язки відносно одне одного та дітей;
- г) об'єднання відповідальністю.

2. Сімейний кодекс України подає таке визначення сім'ї:

- а) сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки;
- б) сім'я створюється на основі шлюбу, кровного споріднення, усиновлення, а також на інших підставах, не заборонених законом і таких, що не суперечать моральним засадам суспільства;
- в) сім'я – це мала соціальна група людей, споріднених через кровні зв'язки, шлюб або всиновлення, що формують економічну одиницю, дорослі члени якої відповідають за виховання дітей.
- г) об'єднання людей, пов'язаних спільністю побуту та взаємною відповідальністю.

3. Форма шлюбу, при якій чоловік одружується лише з однією жінкою, а жінка лише з одним чоловіком, має назву:

- а) полігінія;
- б) моногамія;
- в) полігамія;
- г) поліандрія.

4. Виберіть твердження, яке відповідає «Сімейному кодексу України»:

- а) шлюбні договори в Україні не укладаються;
- б) особи, які подали заяву про реєстрацію шлюбу, зобов'язані укласти шлюбний договір. Шлюбний договір між подружжям не укладається;

- в) шлюбний договір може бути укладено особами, які подали заяву про реєстрацію шлюбу, якщо наречений або наречена є громадянами інших країн;
- г) шлюбний договір може бути укладено особами, які подали заяву про реєстрацію шлюбу, а також подружжям.

5. Сім'я, що складається з однієї шлюбної пари чи одного з батьків із неодруженими дітьми або без них, називається:

- а) складна сім'я;
- б) проста сім'я;
- в) розширена сім'я;
- г) родина.

6. Що Ви вкладаєте в зміст поняття «нуклеарна сім'я»:

- а) сім'я, члени якої включені до суспільного виробництва;
- б) сім'я, члени якої є представниками різних професій;
- в) сім'я, члени якої виявивши уміння й здібності, не розраховують на допомогу родичів;
- г) сім'я, яка складається лише з чоловіка, дружини та їхніх дітей.

7. Нуклеарна сім'я складається із:

- а) батьків і дітей;
- б) батьків і дітей, дідусів і бабусь;
- в) дітей та дідусів і бабусь;
- г) батьків і дітей, дідусів і бабусь та інших родичів.

8. За характером розподілу влади сім'ї бувають:

- а) патріархальними;
- б) матріархальними;
- в) елітарними;
- г) усі відповіді правильні.

9. Егалітаризація:

- а) об'єднання кількох сімей на основі кровної спорідненості;
- б) визнання церквою шлюбу дійсним;
- в) рівноправність членів сім'ї (взаємозамінні ролі);
- г) давня форма шлюбу.

10. Похідними елементами етнопедагогічного процесу є:

- а) звичаї;
- б) моделі поведінки, що знаходять відображення в етнічних стереотипах, способах спілкування;
- в) особливості характеру;
- г) традиції.

11. «Кохаючи свою національну культуру, дитина поважатиме і другі нації й цікавитиметься їх життям; навчиться шукати і знаходити у вселюдській культурі ті скарби, ... які можуть стати їй найріднішими, бо не нав'язані збоку, а органічно прищені до її душі», – ці ідеї належать перу:

- а) М. Стельмаховича;
- б) Ю. Руденка;
- в) І. Беха;
- г) С. Русової.

12. За переконанням В.Сухомлинського, любов до Батьківщини неможлива без:

- а) любові до рідного слова;
- б) знання традицій народу;
- в) знання рідного краю;
- г) прив'язаності до рідної хати.

13. Найсуттєвішими показниками молодого сім'ї є:

- а) наявність однієї дитини;
- б) нетривалість сімейного життя;
- в) молодий вік подружжя;
- г) сім'я в першому шлюбі.

14. Мінорат:

- а) одношлюбність, один чоловік бере шлюб з однією жінкою;
- б) звичай, відповідно до якого титул, власність тощо успадковується старшому роді, сім'ї;
- в) майно, що дісталось у спадок від матері;
- г) звичай, за яким власність успадковується молодшим сином.

15. Нуклеаризація:

- а) послаблення родинних зв'язків;
- б) перетворення сім'ї, що складалась раніше з трьох-чотирьох поколінь, на сім'ю з двох поколінь;
- в) зменшення кількості дітей у сім'ї, орієнтація на одну дитину;
- г) зниження віку молодих та збільшення кількості розлучень.

16. Українській родині завжди панував культ гостинності: цитата «Вшануйте гостя, звідки він до вас прийде» належить:

- а) В. Мономаху;
- б) Г. Ващенку;
- в) М. Стельмаховичу;
- г) В. Сухомлинському.

17. Соціально-культурна діяльність – це:

- а) суспільне явище, яке характеризується як сукупність відносин та занять, що здійснюються специфічними формами, методами та засобами на основі інтересів, які проявляються особистістю в культурному житті, взаємодії та спілкуванні людей в їхній вільний час;
- б) система заходів, які спрямовані на організацію дозвілля людини у вільний від роботи чи навчання час;
- в) цілеспрямована діяльність з розвитку культури, освіти, громадянської свідомості, соціальної активності особистості
- г) правильні відповіді «а» і «б»;
- д) усі відповіді правильні.

18. За соціальним становищем сім'ї розрізняють на:

- а) гомогенні;
- б) гетерогенні;
- в) сільські;
- г) міські.

19. За ступенем негараздів сім'ї поділяються на:

- а) кризові, конфліктні, проблемні, невротичні;
- б) авторитарні, демократичні, ліберальні;
- в) дезорганізовані;
- г) всі відповіді правильні.

20. Експансія – це...:

- а) період життя без дітей;
- б) від народження першої дитини до останньої;
- в) період виховання дітей до того часу, коли перша дитина залишає сім'ю;
- г) діти назавжди залишають батьківський дім.

21. Про що говорять такі прислів'я:

- «Знайся кінь з конем, а віл з волом» – ;
- «Хто рано встає і рано жениться – ніколи не розкаюється» – ;
- «Рано встане – діло зробить, рано жениться – дітей до розуму доведе» – ;
- «Чоловік за один кут хату тримає, а жінка – за три» – ;
- «Краще з розумним два рази загубити, як з дурним раз знайти» – .

II рівень

1. Опишіть склад домашньої аптечки.
2. Розробіть тест-анкету «Готовність молоді до шлюбу».

III рівень

1. Дайте визначення поняття «здоровий спосіб життя».

2. Складіть план заходів боротьби зі шкідливими звичками у родині.

ТЕМА 2. ОСНОВИ СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН

I рівень Тестові завдання

1. Функції сім'ї:

- а) матеріально-економічна і житлово-побутова;
- б) репродуктивна і виховна;
- в) комунікативна і релактивна;
- г) усі відповіді вірні.

2. Структура сім'ї залежить від:

- а) звичаїв, культурних і національних традицій;
- б) моральних та правових норм;
- в) культурних і національних традицій та правових норм;
- г) звичаїв, культурних і національних традицій та моральних і правових норм.

3. У притчі «Вдячний Єродій» Г. Сковорода висловлював дуже цінні думки з приводу батьківських обов'язків:

- а) не перешкоджати дітям у науці;
- б) виховувати дітей в дусі мудрого накопичення всіляких чеснот;
- в) стежити, які саме здібності виявляють їхні діти;
- г) зберегти пташеняті молоде здоров'я.

4. Духовне здоров'я людини включає:

- а) основні функції сім'ї і громади щодо збереження здоров'я;
- б) уміння формувати корисні звички;
- в) природні чинники загартування;
- г) здоров'я як вияв збалансованості почуттів, інтелекту.

5. Державні вимоги до рівня загальноосвітньої підготовки здобувачів освіти передбачають засвоєння ними знань прав і обов'язків особи, суспільства, держави щодо збереження і зміцнення здоров'я, які лежать в основі:

- а) духовного здоров'я людини;
- б) соціального здоров'я людини;
- в) інтелектуального здоров'я людини;
- г) фізичного здоров'я людини.

6. Виберіть правильну відповідь. Реалізація якої функції забезпечить сім'ї достатню народжуваність дітей:

- а) виховна;
- б) навчальна;
- в) інформуюча;
- г) діагностична;
- д) репродуктивна.

7. Виконання батьками певної функції забезпечить матеріальну і психологічну взаємодопомогу, зміцнення здоров'я й організацію дозвілля членів сім'ї. Виділіть цю функцію:

- а) регулятивна;
- б) розвиваюча;
- в) рекреативна;
- г) виховна;
- д) психологічна.

8. Кому належать ці слова: «Національне, тобто своє, рідне, повинно бути основою виховання»:

- а) В. Сороці-Росинському;
- б) В. Сухомлинському;
- в) Т. Шевченку;
- г) А. Макаренку.

9. Із якого року, місяця й числа Генеральна Асамблея ООН постановила щорічне відзначення Міжнародного дня сім'ї?:

- а) 10 квітня 1930 р.;
- б) 8 травня 1991 р.;
- в) 20 вересня 1993 р.;
- г) 5 березня 2000 р.

10. Метою дисципліни «Сімейно-побутова культура та домашня економіка» є:

- а) набуття студентами знань з основ сімейного спілкування, вивчення законодавчої бази щодо прав та обов'язків дітей і батьків, охорони здоров'я та планування сім'ї, набуття умінь управління сімейними ресурсами з метою поліпшення рівня життя та добробуту сім'ї, суспільства;
- б) ознайомлення студентів з специфікою та шляхами формування педагогічної культури сучасних батьків, спрямованої на підвищення фізичного, морального та духовного розвитку дітей;
- в) вивчення особливостей будови і функцій організму дітей та підлітків;
- г) дослідження особливостей зміни клімату планети в умовах сьогодення та його впливу на організм людини.

11. На виховний ідеал української сім'ї має орієнтуватися:

- а) державна політика;
- б) сім'я;
- в) суспільство;
- г) школа;
- д) усі відповіді вірні.

12. Природний і найбільш стійкий елемент суспільства:

- а) державні керівні утворення;
- б) великі і малі виробничі колективи;
- в) партії;
- г) сім'я.

13. Який з пунктів є не обов'язковий щодо знань, яких має набути студент при вивченні дисципліни:

- а) тлумачення понять «сім'я» та «шлюб» і законодавча база України щодо охорони здоров'я та планування сім'ї;
- б) соціально-психологічний захист сім'ї та правове врегулювання сімейних відносин;
- в) організація і економіка домашнього господарства та харчування сім'ї;
- г) культура поведінки та психологія спілкування;
- д) суть та особливості родинного фізичного виховання дітей.

14. Статеве виховання дітей і молоді передбачає:

- а) формування моральних взаємовідносин між хлопчиками і дівчатками, юнаками і дівчатами, виховання культури інтимних почуттів;
- б) засвоєння наукових понять про біологічні і соціальні особливості статі, специфіку розвитку чоловіка і жінки, особливості їхньої поведінки;
- в) підготовка до шлюбу і створення щасливої сім'ї;
- г) формування моральної свідомості – ідей, поглядів, переконань, ідеалів, традицій, звичаїв, напрацьованих вітчизняною і світовою культурою.

15. Головне кредо народної родинної педагогіки:

- а) привчити дитину до праці;
- б) всебічно розвинути дитину;
- в) підготувати дитину до дорослого життя;
- г) дбати про лад у сім'ї.

16. Гостинність – це...

- а) риса характеру, яка формується з дитинства;
- б) це стан душі;
- в) це мистецтво;
- г) це повага до людей, чуйність, вихованість, ввічливість та знання правил етикету;
- д) всі відповіді правильні.

17. Шлюбно-сімейна ситуація в Україні залежить від:

- а) шлюбності та розлучуваності;
- б) народжуваності;
- в) збільшення середнього віку взяття шлюбу та послаблення серед молоді установок на створення сім'ї;
- г) поширення консенсуальних шлюбів (тобто за домовленістю, але без реєстрації і дошлюбних статевих стосунків);
- д) поширення безшлюбного материнства.

18. Зміцнення тільки економічної функції сім'ї може призвести до:

- а) забезпечення статусу сім'ї як повноправної виробничо-господарської одиниці;
- б) фізичного, морального й духовного розвитку усіх її членів;
- в) егоїзму сім'ї, клановості, духовного зубожіння;
- г) здійснення громадських свобод і прав.

II рівень

- 1. Опишіть розподіл обов'язків у вашій родині.

III рівень

- 1. Назвіть способи нейтралізації конфлікту. Яке значення має компроміс для вирішення конфлікту?
- 2. Створити відеотеку на тему: «Конфлікти в сім'ї та способи їх вирішення».
- 3. Підготувати та захистити мультимедійну презентацію на тему: «Поліінія і поліандрія в сучасному світі».

ТЕМА 3. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА

I рівень Тестові завдання

1. Найважливіші вимоги, дотримання яких забезпечує ефективність управлінських рішень, управлінської діяльності та управління в цілому, це:

- а) поділ праці;
- б) принципи управління;
- в) мотивація

2. Які домогосподарства не є сімейними?

- а) домогосподарства з однією сімейною парою (подружня пара без дітей, з дітьми, з іншими родичами);
- б) домогосподарства з двома або більше подружніми парами;
- в) домогосподарства без подружньої пари (мати або батько з дітьми, без інших родичів або з родичами);
- г) домогосподарства, які складаються з осіб, не пов'язаних спорідненістю,
- д) домогосподарства, що складаються з однієї людини.

3. Чи можна використовувати в інтер'єрі квартири декор різних стилів?

- а) ні в якому разі;
- б) тільки в стилі еклектика;
- в) можна, але всі деталі повинні бути вивірені.

4. Чи варто використовувати в інтер'єрі матеріали різних текстур?

- а) звичайно, це додасть об'єму в інтер'єрі;
- б) можливо, але тільки в певному стилі інтер'єру
- в) ні в якому разі, це псує вигляд.

5. Флорист – це:

- а) фахівець, який продає квіти;
- б) фахівець, який займається вирощуванням рослин та доглядом за ними;
- в) фахівець, який працює в теплиці.

6. Лікарськими рослина називаються:

- а) рослини, які людина використовує в лікувальних цілях;
- б) рослини, які містять отруйні речовини;
- в) рослини, які ростуть, розмножуються і розселяються без участі людини;

г) жодна відповідь не є вірною.

7. Лікарські рослини – це:

- а) тільки трави й дерева;
- б) тільки трави й чагарники;
- в) тільки чагарники й дерева;
- г) усі відповіді правильні.

8. За допомогою чого можна вивести плями з фруктів.

- а) спирту;
- б) солоною водою або розчином нашатирного спирту;
- в) лимонною кислотою або лимонним соком з сіллю;
- г) міцним оцтовим розчином.

7. Взуття потрібно зберігати при відносній вологості повітря:

- а) 60 – 75%;
- б) 50 – 70%;
- в) 20 – 45%;
- г) 35 – 40%.

8. У кожній кухні основними є такі кухонні предмети:

- а) кондиціонер, пилосос;
- б) набір столового посуду, обладнання для приготування їжі;
- в) плита, кухонна раковина, холодильник;
- г) відро для сміття, обладнання для прибирання.

9. До вимірювальних приладів відносять:

- а) ваги, пральна машина, калькулятор, смартфон
- б) медичний термометр, барометр, калькулятор, годинник;
- в) планшетний комп'ютер, хліборізка, ноутбук, кондиціонер;
- г) таймер, будильник, фритюрниця, персональний комп'ютер.

10. Обладнання побутової техніки, що сприяють збереженню продуктів:

- а) барометр, кухонна витяжка, ваги;
- б) винна шафа, термометр, гриль;
- в) холодильник, хліборізка, тостер
- г) холодильник, морозильник, винна шафа.

11. В якій країні у XIV почали зароджуватись певні моральні правила манериповедінки, які пізніше стали основою етикету?

- а) Англія;
- б) Італія;
- в) Франція;
- г) Німеччина.

12. Що таке прожитковий мінімум і як його розраховують?

13. Метою консервування є:

- а) виготовлення продукції для тривалого зберігання;
- б) виготовлення продукції для зміни фізико-хімічних властивостей;
- в) виготовлення продукції для розширення асортименту та додаткового прибутку;
- г) усі відповіді вірні.

14. Метод консервування, котрий базується на тому, що волога у продукті змінює стан на твердий, називається:

- а) сушіння;
- б) охолодження;

- в) маринування;
- г) заморожування.

II рівень

1. Створити пам'ятку про розподіл обов'язків у родині.
2. Рослини в інтер'єрі. Вимоги до розміщення квітів в інтер'єрі.

III рівень

1. Розробити презентацію: «Дизайн домашнього помешкання» (приватного будинку або квартири)»

ТЕМА 4. ЕКОНОМІКА ДОМАШНЬОГО ГОСПОДАРСТВА

I рівень Тестові завдання

1. Чи можна вважати побут чоловіка 40 років, що проживає один, домашнім господарством?
2. Чи можуть домогосподарства самостійно приймати рішення?
3. Чи входить до функцій домогосподарств функція інвестора доходів?
4. Чи залежить рівень споживання від корисності?
5. Чи всі люди однаково оцінюють корисність товарів та послуг?
6. Чи можна назвати раціональним споживача, який не усвідомлює свої реальні потреби та визначити корисність речей та послуг, якими він ці потреби задовольняє?
7. Чи повинна держава забезпечувати право споживача на захист від товарів та послуг неналежної якості?
8. Чи втілені принципи ООН для захисту прав споживачів у Конституції України?
9. Чи обов'язковим для продавців є наявність бейджика з вказаними на ньому групою крові та висновком лікаря про допуск його до роботи?
10. Чи обов'язковою є наявність «Книги скарг та пропозицій» в «Куточку споживача»?
11. Чи можна вважати стипендію джерелом доходу домогосподарства?
12. Чи може сім'я мати від'ємні заощадження?
13. Сукупність активів, що перебувають у розпорядженні громадян і використовуються з метою забезпечення їх діяльності, це:
 - а) фінанси громадян;
 - б) ресурси домогосподарств;
 - в) сукупні ресурси.
14. Дбайливе ставлення до матеріальних і грошових засобів має назву:
 - а) економія;
 - б) бережливість;
 - в) розрахунок;
 - г) збереження.
15. До власних джерел формування ресурсів громадян не належать:
 - а) доходи, які громадянин одержує від участі в господарському процесі як найманий працівник. Такі доходи включають: заробітну плату, премії, додаткові виплати, надбавки, подарунки та ін.
 - б) товарно-матеріальні цінності, одержані на умовах кредиту або відстрочення платежу
 - в) надходження від інвестиційної діяльності. Це – доходи, які одержують громадяни у вигляді процентів, дивідендів, спекулятивних прибутків та ін.
 - г) інші доходи, з-поміж яких: виграші та призи, знайдене майно, аліменти, гонорари, подарунки, перекази та ін.
16. Сума грошових доходів, яка використовується домогосподарствами на придбання споживчих товарів та оплату послуг без урахування сплачених податків та зборів, це:
 - а) реальні наявні доходи;
 - б) грошові прибутки;
 - в) наявні доходи.
17. Доходи, одержані громадянами від участі в господарській діяльності як

найманих працівників, це:

- а) прибутки від трудової діяльності (заробітна плата);
- б) прибутки від власності;
- в) поточні трансферні прибутки.

18. Які критерії прожиткового мінімуму?

- а) фактичний рівень і структура споживання;
- б) розрахунок основного показника рівня життя – міри задоволення потреб населення;
- в) основою прогнозування загального обсягу і структури матеріальних благ і послуг;
- г) всі відповіді правильні.

II рівень.

- 1. Планування бюджету на 1 особу і на конкретну сім'ю (на певний місяць).

III рівень

- 2. Складання і захист власного бізнес-плану.
- 3. Створити відеотеку на тему: «Домашнє господарювання в різних країнах» (країна за вибором).
- 4. Підготувати доповідь з презентацією на тему: «Функціональна модель домашнього господарювання в різних країнах» (країна за вибором).

ТЕМА 5. ХАРЧУВАННЯ

I рівень Тестові завдання

1. Режимом харчування називається:

- а) енерговитрати під час прийому їжі;
- б) норми споживання харчових речовин;
- в) приймання їжі протягом доби в чітко визначений час, розподіл її за масою, калорійністю, вмістом харчових речовин

2. Харчовий режим прийому їжі впродовж доби складається з харчування:

- а) одно-дворазового;
- б) три-чотириразового;
- в) чотири-п'ятиразового.

3. Потреба організму в харчових речовинах залежить від:

- а) стану, віку, зросту, роду занять;
- б) травлення їжі;
- в) дотримання вимог особистої гігієни.

4. На сніданок припадає добового раціону:

- а) 10%;
- б) 20-25%;
- в) 40-45%.

5. Яке з цих правил стосується здорового харчування?

- а) вживайте корисну різноманітну їжу;
- б) харчуйтеся один раз в день;
- в) їжте багато цукерок.

6. Калорійність їжі - це:

- а) кількість продуктів, використаних при приготуванні страви;
- б) кількість калорій, які надходять в організм людини з продуктами;
- в) кількість енергії, яка використовується організмом у стані спокою.

7. Що обов'язково треба робити перед їжею?

- а) погратися з іграшками;
- б) випити склянку води;
- в) помити руки.

8. Якою має бути здорова їжа?

- а) свіжою;
- б) красивою;
- в) корисною.

9. Які продукти харчування корисні для дитячого здоров'я?

- а) м'ясо та молоко;
- б) цукерки та шоколад;
- в) овочі та фрукти
- г) усе перелічене.

10. Фізіологія та гігієна харчування – це:

- а) наука, яка займається питаннями забезпечення збереження та зміцнення здоров'я правильно організованим кількісно та якісно харчуванням;
- б) наука про правильне харчування;
- в) наука про певні принципи правильного харчування;
- г) наука про особливості харчування різних категорій населення.

11. При побудові харчових раціонів для підлітків слід зважати на:

- а) особливості розвитку організму;
- б) енергетичні витрати;
- в) сезонні зміни.

12. Недостатня кількість кальцію в організмі призводить до:

- а) випадіння волосся;
- б) порушення окислювальних процесів у організмі;
- в) псування зубів.

13. Харчові речовини – це:

- а) вітаміни;
- б) мінеральні речовини;
- в) отруйні речовини.

14. Коли люди почали випікати хліб?

- а) в кам'яному віці;
- б) в бронзовому віці;
- в) в XIX ст.

15. Джерелом енергії є:

- а) вода;
- б) жири;
- в) вуглеводи

16. Жири виконують функції:

- а) енергетичну;
- б) естетичну;
- в) покращують смакові властивості їжі.

17. Надлишок жирів в організмі людини призводить до:

- а) зниження засвоєння вітамінів А, Е, D;
- б) порушення жирового та холестеринового обміну;
- в) ослаблення імунітету до різних захворювань.

18. В їдальнях у зимово-весняний період у харчування вводять добову норму вітаміну С у:

- а) першу страву;
- б) солодкий напій;
- в) другу страву.

19. Лікувальним харчуванням називається:

- а) харчування, організоване за спеціально розробленими дієтами для лікування або попередження різних захворювань;
- б) харчування, організоване в ЗРГ;
- в) харчування, організоване за побажанням споживачів.

20. Лікувально-профілактичне харчування використовується для:

- а) уповільнення процесу всмоктування шкідливих речовин;
- б) запобігання несприятливого впливу хімічних, фізичних і біологічних факторів на організм людини в умовах професійної діяльності;
- в) прискорення виділення токсичних речовин з організму.

21. Загальні принципи дієтичного харчування:

- а) кількісне обмеження;

- б) якісна корекція;
- в) калорійність.

22. Раціон харчування дітей та підлітків повинен бути:

- а) відповідати енерговитратам, віку і масі тіла;
- б) містити збільшену кількість білків, жирів, вуглеводів;
- в) недостатня кількість вітамінів, мінеральних речовин.

23. У харчуванні дітей та підлітків рекомендується використовувати жири:

- а) тваринні та рослинні;
- б) тільки молочні;
- в) рослинні жири у натуральному вигляді та молочні.

24. У меню шкільних раціонів виключаються:

- а) гострі, солоні продукти;
- б) оцет;
- в) масло вершкове.

25. Який основний принцип збалансованого харчування?

Поняття раціонального харчування включає дотримання трьох основних принципів:

- а) забезпечення балансу енергії, що надходить з їжею і витрачається людиною в процесі життєдіяльності;
- б) задоволення потреби організму в певних харчових речовинах;
- в) дотримання режиму харчування.

26. Поняття раціонального харчування включає дотримання трьох основних принципів:

- а) забезпечення балансу енергії, що надходить з їжею і витрачається людиною в процесі життєдіяльності;
- б) задоволення потреби організму в певних харчових речовинах;
- в) дотримання режиму харчування.

27. За умов вживання яких продуктів може виникнути харчове отруєння?

- а) термін реалізації яких минув
- б) які неправильно зберігали чи обробляли
- в) куплені на стихійних ринках
- г) з пошкодженою упаковкою
- д) отруйні гриби та ягоди
- е) консерви зі вздутими кришками
- є) всі перераховані відповіді правильні.

28. Основні принципи здорового харчування:

- а) основну частину прийому їжі повинні складати овочі та фрукти – ½ тарілки.
- б) цільнозернові продукти – ¼ тарілки. ...
- в) білки – ¼ тарілки. ...
- г) використовуйте здорові олії. ...
- д) пийте воду, чай, каву. ...
- е) будьте активні.
- є) всі відповіді правильні.

II рівень

1. Назвіть кухонну техніку і її призначення.

III рівень

1. Складіть меню для сім'ї на день, тиждень.
2. Запишіть рецепт улюбленої страви вашої сім'ї.

ТЕМА 6. ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ СПІЛКУВАННЯ

I рівень Тестові завдання

1. Психологія:

- а) це наука про виникнення і функціонування в діяльності індивідів психічного відображення реальності;
- б) це наука про закономірності, механізми і факти психічного життя людини і тварин;
- в) усі відповіді правильні;

г) усі відповіді неправильні.

2. Складна, вроджена форма поведінки тварин, що забезпечує задоволення їхніх життєвих потреб – це:

- а) інстинкт;
- б) рефлекс;
- в) подразливість;
- г) чутливість.

3. Реакція організму на подразнення, яка здійснюється за допомогою нервової системи – це:

- а) відчуття;
- б) рефлекс;
- в) збудження;
- г) реагування.

4. Вища форма психічного відображення, яка інтегрує всі інші форми відображення і властива лише людині – це:

- а) мислення;
- б) самосвідомість;
- в) воля;
- г) пам'ять.

5. Форма психіки, яка склалася в процесі суспільноісторичного розвитку під впливом трудової діяльності та постійного спілкування за допомогою мови – це:

- а) психіка;
- б) свідомість;
- в) самосвідомість;
- г) рефлекс.

6. В якій з наведених груп вказані лише психічні явища:

- а) наполегливість, гордість, запам'ятовування, уважність, інтерес, розуміння, здібності, вміння;
- б) наполегливість, гордість, мелодія, інтерес, розуміння, здібності, спокій, прагнення, байдужість;
- в) біль, уміння, акорд, розуміння, рух, шепотіння, впертість, уявлення, думка, наполегливість;
- г) напруга, апетит, музика, думка, крик, цікавість.

7. Спосіб розуміння партнера без осмислювання, коли емоційне входження у позицію іншої людини одразу ж призводить до відповідних власних дій, – це:

- а) емпатія;
- б) стереотипізація;
- в) рефлексія;
- г) каузальна атрибуція.

8. Спосіб розуміння партнера по спілкуванню через усвідомлене чи неусвідомлене уподібнення його характеристикам – це:

- а) стереотипізація;
- б) рефлексія;
- в) емпатія;
- г) каузальна атрибуція.

9. Мовлення – це:

- а) процес відображення думок і почуттів;
- б) процес спілкування засобами мови;
- в) усі відповіді правильні;
- г) усі відповіді неправильні.

10. Процес використання людиною мови з метою спілкування:

- а) спілкування;
- б) мовлення;
- в) мова;
- г) діяльність.

11. Внутрішнє мовлення – це:

- а) пасивне оволодіння мовою;
- б) самостійний, самобутній вид мовлення;
- в) розмова людини сама із собою;
- г) мовлення, яке виступає як фаза планування діяльності, формування думок і пов'язане із зовнішнім мовленням.

12. Спілкування як обмін інформацією:

- а) комунікація;
- б) інтеракція;
- в) перцепція;
- г) ідентифікація.

13. До невербальних засобів спілкування не належать:

- а) жести, міміка, пантоміміка;
- б) слова, вигуки;
- в) паузи, сміх;
- г) взаємоположення партнерів, часові особливості спілкування.

14. Мовленнєве спілкування відбувається за допомогою:

- а) пози, жестів;
- б) мовлення;
- в) показу трудових чи інших дій;
- г) демонстрації предметів спілкування та їх зображень.

15. Виділяють основні функції спілкування:

- а) взаємовідносин, інформації, взаємовпливу, пізнання людей;
- б) взаємовідносин, перцептивну, інтерактивну, інформації;
- в) пізнання людей, взаємовпливу, взаємовідносин, інтерактивну;
- г) комунікативну, перцептивну, інтерактивну, взаємовідносин.

16. Трансакція в спілкуванні – це:

- а) бар'єр у спілкуванні;
- б) невербальний засіб спілкування;;
- в) рефлексія;
- г) взаємодія в спілкуванні.

17. Знайти «зайве» поняття серед запропонованих:

- а) свідомість;
- б) психічний процес;
- в) психічний стан;
- г) психічні властивості.

18. Вперше замислюємось над своїм місцем в суспільстві, над тим, хто я є у:

- а) юнацькому віці;
- б) підлітковому віці;
- в) дошкільному віці.

19. Характер є:

- а) вродженим;
- б) набутиим;
- в) формується впродовж життя.

20. Конфлікт – це:

- а) вид спілкування, в основі якого лежить взаєморозуміння;
- б) діяльність однієї з сторін, яка ущемлює інтереси іншої сторони;
- в) зіткнення протилежно спрямованих дій працівників, викликане розходженням інтересів, поглядів, прагнень;
- г) сукупність дій опонентів.

II рівень

1. Типи темпераменту. Опишіть, до якого типу темпераменту ви належите.

III рівень 1. Охарактеризуйте роль спадковості, середовища і виховання у формуванні особистості людини.

ТЕМА 7. КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ

I рівень Тестові завдання

1. Культура спілкування – це:

- а) це особливість менталітету людини, процес її становлення;
- б) прояв світогляду народу, його національна самосвідомість і вдача, яка упорядковує міжлюдські стосунки, визначає особливості менталітету;
- в) частка загальної моральної культури особистості.

2. Спілкування – це:

- а) комунікація, приймання і передавання інформації;
- б) взаємодія, взаємовплив, обмін думками, цінностями, діями;
- в) сприймання та розуміння одне одного, тобто пізнання себе та іншого;
- г) всі відповіді правильні.

3. Форми спілкування:

- а) вербальна та невербальна комунікація;
- б) інструментальна інформація;
- в) інформативна функція.

4. Уміння спілкуватися – це ...

- а) вміння лише освіджених людей;
- б) справжнє мистецтво;
- в) талант для вибраних.

5. Виділіть три сторони спілкування:

- а) комунікативна та перцептивна;
- б) інтерактивна;
- в) інформативна.

6. Красномовцями називали:

- а) усіх тих, хто активний у розмові;
- б) усіх тих, хто вміє гарно висловлюватися;
- в) усіх тих, хто вміє вислухати старших.

7. Антична істина:

- а) умієш говорити - уміє слухати;
- б) заговори, щоб я тебе побачив.

8. Мистецтво спілкування полягає у:

- а) вмінні гарно говорити;
- б) здатність бути почутим;
- в) вмінні слухати.

9. Конфліктні ситуації створює ...

- а) суспільство;
- б) випадок;
- в) людина.

10. Слово «конфлікт» перекладається з латинської мови

- а) суперечність;
- б) зіткнення;
- в) конфронтація;
- г) зацікавленість.

11. Вміє поступитися ...

- а) егоїст;
- б) мудра людина;
- в) молодший.

12. Культура мови – це:

- а) виховання навичок літературного спілкування;
- б) пропаганда й засвоєння літературних норм у слововживанні, граматичному оформленні мови, у вимові та наголошуванні;
- в) неприйняття спотвореної мови або суржику;
- г) які з відповідей, є складовою визначення.

II рівень

1. Назвіть етикетні одиниці із значеннями вітання, прощання, вибачення, прохання, подяки, звертання, підтвердження, заперечення, співчуття, поради.

III рівень

1. Як пов'язані поняття «культура» та «інтелектуальний розвиток людини»?
2. Привітання з певної нагоди. Приклад.

Література

1. Сімейно-побутова культура та домашня економіка: Навч.посібник / За ред. Т.Б.Гриценко, Т.Д.Іщенко, Т.Ф. Мельничук – К.: Вища освіта, 2004. – 480 с.

Додаткова література:

1. Адаменко Т.М. Як допомогти тим, хто хоче мати житло // Урядовий кур'єр. – 2003. – № 189. – С. 5.
2. Горбач Л.М. Страхова справа: Навч. посібник. – К., 2003. – 248 с.
3. Закон України «Про захист прав споживачів» // за ред. Е.Ф. Демкого. – К., 1999. – 47 с.
4. Іваненко Л.М. Цивільно-правове забезпечення прав споживачів на належну якість товару. – К.: Юрінком, 1998. – 20 с.
5. Кутний А. Субсидії на відшкодування витрат житлово-комунальних послуг // Галицькі контракти. – 2000. – №49. – С. 48-49.
6. Мохнач Т.П. Житло і кредит // Урядовий кур'єр. – 2003. – №153.– С. 5
7. Алексєнко Т.Ф. Молода сім'я: умови виховання дитини. – К., 2004. – С.54-56.
8. Кузьмінський А.І., Омеляненко В.Л. Педагогіка родинного виховання: Навчальний посібник. – К.: Знання, 2006.– С174-186.
9. Педагогіка: Хрестоматія /Укл. А.І.Кузьминський, В.Л.Омеляненко – К.: Знання. – Прес, 2003. – С.460-466.
10. Постовий В., Щербань П., Алексєнко Т., Доукіна О., Стрельнікова Н. Сім'я і родинне виховання (Концепція). – К.:ІСДО, 1999. – С. 32-81.
11. Родинна педагогіка: Навчально-методичний посібник/ А.А.Марушкевич, В.Г. Постовий, Т.Ф.Алексєнко та ін. – К.: Видавець. – ПАРАПАН, 2002. – С. 44-60.
12. Стельмахович М.Г. Українська родинна педагогіка. – К., 1996. – С. 101-119.
13. Державна національна програма «Освіта» (Україна ХХІ століття). - К.: Райдуга, 1994.
14. Діти України: Національна програма. – Указ Президента України № 63/96 від 18 січня 1996 р.
- 15.. Галузяк В.М., Сметанський М.І., Шахов В.І. Педагогіка: Навчальний посібник. – Вінниця, 2001. – 200 с.
16. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: Навч. посібник. – К. 2003. – 304 с.
17. Алексєнко Т.Ф. Молода сім'я: умови виховання дитини. – К.: Рад. шк., 2004. – С.54-56.
18. Щербань П.М. Національне виховання в сім'ї – К., 2000. – 260 с.

Сімейно-побутова культура та домашня економіка [Текст]: методичні вказівки до виконання контрольних робіт для здобувачів освіти освітньо-професійного ступеня фаховий молодший бакалавр галузь знань 27 Транспорт, спеціальність 274 Автомобільний транспорт / уклад. Н.П Літвинчук. – Любешів: ВСП «Любешівський ТФК ЛНТУ», 2023 – 20 с

Комп'ютерний набір і верстка :
Редактор:

Н.П. Літвинчук
Н.П. Літвинчук