

Российская Федерация

Министерство образования и спорта Республики Карелия

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Республики Карелия «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат № 23»

ПРИНЯТО на заседании
педагогического совета
Протокол № 24
от «31» августа 2023 года



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

О.А. Федорова

«01» 09 2023 года

Рабочая программа
по социально-бытовой ориентировке
для 1, 1 «д» -4 классов (вариант 4.2)
срок реализации 5 лет

Составитель:
Дышлевич Ирина Борисовна
(учитель)

г. Петрозаводск
2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа внеурочной деятельности «Социально-бытовая ориентировка» разработана в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 06.10.2009 N 373, письмом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного стандарта общего образования» от 12.05.2011 № 03 – 296.

Программа составлена в соответствии с планом внеурочной деятельности учреждения, реализуется в рамках социального направления в 1-4 классах, рассчитана на четыре года обучения.

Социально-бытовая ориентировка относится к числу специальных коррекционных занятий, которые проводятся с учётом возрастных и специфических особенностей и возможностей детей с нарушением зрения.

Содержание обучения

Содержание программы направлено на преодоление или ослабление недостатков психического и физического развития детей с нарушением зрения, свойств и качеств их личности. Данная деятельность основывается на учете зоны актуального развития и определяет программу зоны ближайшего развития, создавая условия для поэтапного, многоступенчатого развития обучающихся.

Обучение по программе «Социально–бытовая ориентировка» осуществляется на основе индивидуального подхода к каждому обучающемуся, с учетом не

только зрительного дефекта, но и жизненного опыта, а также возрастных и специфических особенностей и возможностей детей с нарушением зрения.

Программа предусматривает изучение следующих разделов:

- Введение.
- Личная гигиена.
- Одежда и обувь.
- Питание.
- семья.
- Культура поведения.
- Жилище.
- Транспорт.
- Торговля.
- Медицинская помощь.

Раздел «Введение» содержит определение целей и задач обучения.

Раздел «Личная гигиена» позволяет детям овладеть умениями и навыками гигиены, охраны зрения, ухода за кожей и волосами, сохранение и укрепление своего здоровья.

Раздел «Одежда и обувь», «Жилище» направлен на расширение навыков самообслуживания, повседневный уход за одеждой и обувью, жилищем.

Раздел «Питание» предусматривает ознакомление детей с основными продуктами питания, способами приготовления и хранения пищи, сервировки стола.

Раздел «Семья» и «Культура поведения» предусматривает пути и средства установления личных взаимоотношений в семье, группе, классе. Обучающиеся изучают правила поведения за столом, в музее, библиотеке, кинотеатре.

Раздел «Транспорт», «Торговля», «Средства связи», и «Медицинская помощь» формируют у детей навыки и умения пользоваться средствами связи, транспортом, магазином, формируют бережное и ответственное отношение к своему здоровью, предусматривают ознакомление со способами оказания первой помощи.

Основной организационной формой обучения являются занятия, которые проводятся с учётом зрительного дефекта обучающихся в индивидуальной или групповой форме с применением различных методических приемов: объяснение, показ, сюжетно-ролевые игры, экскурсии.

На занятиях используются разнообразные и продуктивные виды деятельности: наблюдение, обследование, рисование, лепка, аппликация, чтение (рельефно-точечный шрифт Брайля).

На занятиях создаются оптимальные условия для эффективного усвоения программного материала, всестороннего развития личности. Формирование компетенций обучающихся осуществляется в рамках игрового взаимодействия, экскурсионной и проектной деятельности, выполнения разнообразных заданий и упражнений.

Особенностью организации внеурочной деятельности является коррекционная направленность процесса, учет возрастных особенностей и навыков обучающихся.

В основу программы положен концентрический принцип, заключающийся в увеличении объема знаний, накоплении приемов и способов ориентирования в различных социальных сферах.

Содержание программы имеет интегративный характер, позволяющий соединять теоретические и практические знания, предусматривает постепенное усложнение материала по социально-бытовой ориентировке. Сложность и объем заданий возрастает с переходом на следующий этап обучения.

Место программы в плане внеурочной деятельности:

- 1 класс – 33 часа (1 час в неделю);
- 2-4 классы по 35 часов (1 час в неделю).

Продолжительность занятий составляет:

- 1 класс – 35 минут (первое полугодие), 45 минут (второе полугодие);
- 2-4 классы – 45 минут.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освоение данной программы обеспечивает достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, мотивации к творческому труду, к работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами

коммуникации;

- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации;

- готовность слушать собеседника и вести диалог; признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.

Предметные результаты:

В результате освоения программы первого этапа обучения (1 класс) дети с нарушениями зрения приобретают следующие навыки:

- соблюдать распорядок дня, владеть навыками гигиены тела, волос, одежды, обуви;

- уметь выполнять простейшие бытовые поручения, участвовать в семейных торжествах, традиционных праздниках;

- владеть правилами поведения при встрече и расставании, поддерживать тактичный вежливый разговор с товарищами, взрослыми;

- знать виды магазинов, покупать простые товары;

- знать основные продукты, владеть сервировкой стола к завтраку, обеду, ужину;

- знать состав семьи;

- ориентироваться в помещениях школы, их назначение;

- знать и соблюдать правила уличного движения и поездки в городском транспорте;

В результате освоения программы второго этапа обучения (2 класс) дети с нарушениями зрения приобретают следующие навыки:

- уметь ухаживать за телом, стричь ногти, владеть правилами ухода за кожей;

- владеть навыками ухода за одеждой и обувью, производить мелкий ремонт (пришивание пуговиц, вешалок) и др.; уметь стирать и гладить носовые платки, воротнички и т.д.;

- знать санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к приготовлению пищи, и основные правила приготовления салатов, винегрета и др.;

- уметь выполнять отдельные хозяйственно-бытовые обязанности в семье и в УВК;

- знать и применять правила поведения в общественных местах (кинотеатрах, музее, школе, библиотеке);

- знать и владеть санитарно-гигиеническими навыками ухода за помещениями, рабочим местом, цветами;

- знать основные транспортные средства, уметь пользоваться городским и сельским транспортом, знать основные маршруты и домой, в школу, в парк, магазины, кинотеатр и др.;

- уметь приобрести в магазине различные товары и др.; уметь написать письмо, открытку, телеграмму;

- правильно выполнять упражнения без помощи учителя;

- правильно пользоваться иглой и ниткой;

- шить «вверх-вниз» под контролем учителя;

- пришивать пуговицы с 2-мя отверстиями.

В результате освоения программы третьего этапа обучения (3 класс) дети с нарушениями зрения приобретают следующие навыки:

- уметь ухаживать за телом, стричь ногти, владеть правилами ухода за кожей.

- владеть навыками ухода за одеждой и обувью, производить мелкий ремонт (пришивание пуговиц, вешалок) и др., уметь стирать и гладить носовые платки, воротнички.

- знать санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к приготовлению пищи, и основные правила приготовления салатов, винегрета.

- уметь выполнять отдельные хозяйственно-бытовые обязанности в семье.

- знать и применять правила поведения в общественных местах (кинотеатре, музее, школе, библиотеке).

- знать и владеть санитарно-гигиеническими навыками ухода за помещениями, рабочим местом, цветами.

- знать основные транспортные средства, уметь пользоваться городским и сельским транспортом, знать основные маршруты домой, в школу, магазины.

- уметь пользоваться расписанием поездов, автобусов, купить билет.
- уметь приобрести в магазине различные товары.
- уметь написать письмо, открытку, телеграмму и отправить их.
- оказывать помощь при порезе конечности;
- пришивать пуговицу с 4-мя отверстиями;
- вдевать нитку в иголку, завязывать узелок;
- шить: «вперёд иголка», «змейка»;
- вязать крючком воздушные петли;
- плести из тесьмы.

В результате освоения программы четвертого этапа обучения (4 класс) дети с нарушениями зрения приобретают следующие навыки:

- умение пользоваться оптическими средствами коррекции, знать упражнения для глаз;

- готовить овощные блюда, сервировать стол, пользоваться столовыми приборами;

- выполнять различные виды труда в семье, быть чутким, внимательным к окружающим;

- вести себя в обществе, подчиняться правилам поведения, уважать окружающих;

- ухаживать за мебелью, пользоваться пылесосом, убирать помещение;

- ухаживать за резиновыми и кожаными изделиями, чистить одежду, снимать пятна на одежде;

- знать правила проезда по железной дороге;

- назначение магазина и правила поведения при покупке товаров;

- уметь отправлять посылки;

- владеть гимнастикой для глаз, снимать напряжение и утомление, следить за чистотой оптических средств (очков, луп).

Развитие жизненной компетенции:

- умение пользоваться личными адаптивными средствами в разных ситуациях (очки, лупа, грифель, прибор для письма по Брайлю);

- умение взаимодействовать с учителем при затруднениях, формулировать запрос о специальной помощи («мне не видно», «я не разбираю шрифта», «я не понял»);

- умение ориентироваться в пространстве, на плоскости;

- умение задать вопрос, выразить свои намерения;

- умение включаться в исследовательскую деятельность;

- знание правил поведения в разных ситуациях: экскурсия, практическая работа, проектная деятельность;

- развитие любознательности, наблюдательности, способности замечать новое.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Введение

Определение целей и задач каждого этапа обучения.

Личная гигиена

Правила ухода за ногтями и кожей рук (стрижка ногтей, средства ухода за руками и способы их применения).

Правила закаливания организма, правила обтирания; виды спорта, рекомендованные глазным врачом; личная гигиена учащихся во время физкультурных занятий, походов.

Оптические средства коррекции зрения. Соблюдение режима зрительной нагрузки (правильное сочетание умственной работы с практической деятельностью, занятиями физкультурой, спортом и отдыхом).

Гигиенические требования к организации учебных занятий. Возможности улучшения зрения. Охрана и развитие зрения. Значение правильного режима жизни, рационального питания для здоровья. Правила пользования ножницами, вилками, ножами, иглами, спичками.

Охрана здоровья и зрения. Порядок рабочего места и учебных пособий. Значение выполнения санитарно-гигиенических правил. Чтение книг. Физический труд.

Подбор оптических средств коррекции при чтении книг.

Чтение и письмо при соблюдении определенных гигиенических требований (освещение рабочего места, вред чтения лежа, в движущемся транспорте, за едой, на ходу, на ярком солнце). Недопустимо чтение старых книг с рваными, пожелтевшими страницами (это вредно для зрения). Бережное отношение к очкам. Гигиенические требования во время самообслуживания. Знание каждым учеником, каким физическим трудом и каким видом спорта он может заниматься, чтобы не причинить вред своему зрению. Соблюдение чистоты помещения (для охраны зрения).

Практические занятия:

- Проведение занятий по обучению детей уходу за телом, выполнение процедур закаливания и др.

- Изучение приемов снятия зрительного утомления.

- Посещение кабинетов охраны зрения. Овладение упражнениями. Уход за очками.

Одежда и обувь

Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков).

Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и шелковых изделий.

Сушка, глажение небольших вещей (платков, воротничков, носков и др.). Складывание чистого белья.

Уход за различного вида обувью и головными уборами.

Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей. Назначение прачечной, виды услуг, правила пользования, подготовка белья к стирке, пришивание меток, заполнение бланков, правила пользования прачечной самообслуживания.

Уход за кожаными изделиями. Уход за костюмом. Способы ухода за обувью. Уход за резиновой обувью.

Практические занятия:

- Пришивание пуговиц, петель, вешалок на одежду, подшивание брюк, платья, зашивание по распоротому шву. Стирка и утюжка изделий из цветной хлопчатобумажной и шелковой ткани. Пользование утюгом.

- Стирка изделий, сдача белья в прачечную, заполнение бланка и получение белья из прачечной.

- Чистка обуви, одежды. Знакомство с чисткой пятен на одежде и практическое исполнение.

Питание

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (мытьё рук перед приготовлением пищи и перед едой). Чистка мытьё посуды. Хранение

пищи и продуктов питания. Знакомство с кухней. Соблюдение чистоты и порядка. Кухонная посуда.

Офтальмо-гигиенические условия при приготовлении пищи. Значение растительной пищи в питании человека. Последовательность в обработке овощей: сортировка, мытье, чистка, резка.

Правила приготовления овощных блюд (из сырых и отварных овощей). Приготовление салатов, винегретов.

Сервировка стола к обеду. Правила поведения за столом.

Практические занятия:

Отваривание овощей, приготовление из картофеля пюре.

Приготовление салатов и винегретов из сырых и отварных овощей. Оформление готовых блюд.

Изготовление изделий из теста, их оформление. Знание способов консервирования овощей, последовательного приготовления консервов разными способами (квашение, соление). Умение составить меню, учитывая рациональность питания и наличие продуктов.

Приготовление пищи. Закуски, блюда из овощей, сладкие блюда. Скороварка. Сервировка стола к обеду, ужину.

Способы обработки овощных продуктов. Использование консервированных продуктов и полуфабрикатов. Оформление готовых блюд. Приготовление блюд в скороварке, правила пользования ею. Соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил безопасности работы при приготовлении пищи. Правила сервировки стола к обеду, пользование столовыми приборами.

Практические занятия:

- Приготовление блинчиков, кексов из теста. Консервирование овощей.

Упражнения в составлении меню, помощь повару на кухне.

- Помощь повару в приготовлении овощных блюд. Знакомство с технологией обработки овощных продуктов и техникой безопасности при использовании различных приборов: мясорубки, ножей, овощерезок и др.

- Сервировка стола ко дню рождения товарища.

Семья

Состав семьи. Имена, отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников, их возраст. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.).

Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей.

Помощь родителям и воспитателям УВК в уходе за малышами.

Помощь другим в самообслуживании, знание разнообразных игр, умение их проводить в группе, помощь в уборке игрушек, проведение прогулок.

Организация семьи. Взаимопомощь, доброта, восприимчивость, честность, правдивость. Пример и авторитет отца, матери. Личные взаимоотношения с членами семьи. Посильный труд, обязанности по дому.

Посильный домашний труд в семье (уборка своей постели, содержание в порядке вещей, помощь в уборке комнаты, уход за цветами, умение накрывать на стол перед едой, чистка платья и обуви и др.). Соблюдение режима, определенных норм и правил поведения. Чистота, опрятность, вежливость. Помощь родителям в уходе за младшим братом, сестрой. Совместные прогулки, походы, занятия физической культурой. Обращение к старшим утром и вечером со словами «Доброе утро», «Спокойной ночи». Внимание, чуткость, заботливое отношение к старшим (отцу, матери, бабушке, дедушке).

Практические занятия:

- Игры-драматизации по общению и выполнению семейных бытовых обязанностей.
- Проведение с первоклассниками и в дошкольных группах игр, вечеров досуга, оказание им помощи во время выполнения бытовых обязанностей.
- Помощь дошкольникам и первоклассникам в чистке одежды, обуви, подготовке ко сну.

Культура поведения

Закрепление правил поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, клуба, музея, библиотеки. Закрепление правил поведения за столом во время еды в школьной столовой.

Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе, залах музея, читальном зале. Соблюдение правил поведения за столом (правильная осанка, пользование столовыми приборами, салфеткой, красивый и аккуратный прием пищи).

Развитие способности воспринимать, чувствовать красоту произведений искусства и окружающей жизни. Развитие художественного вкуса, умения сопереживать, делать добро, осуждать зло.

Правила поведения во время экскурсий в лес. Умение заметить, осмыслить красоту форм и красок природы, поддержать беседу с товарищами, высказать свое мнение. Правила поведения в гостях: внимание, поведение при встрече и расставании, за столом.

Правила вручения и приема подарков, требования к выбору подарков, умение изготовить несложные подарки своими руками.

Культура речи. Дела, поступки, контроль за своим поведением. Прочные, устойчивые навыки и привычки культурного поведения.

Правила поведения с товарищами. Разговор со взрослыми, с друзьями, умение поддержать беседу, выражать свои мысли ясно и точно.

Умение одеться просто, красиво и аккуратно. Строгое соблюдение личной и общественной гигиены. Красивая походка, содержание в чистоте своего тела, одежды. Контроль за своим поведением. Умение чувствовать красоту родной природы, накопление жизненного опыта.

Практические занятия:

- Посещение общественных мест, отработка поведения во время приема пищи.
- Организация и проведение дней рождения товарищей, вручение изготовленных учащимися подарков и т.д.
- Организация и проведение игры «День рождения дедушки (бабушки)».

Жилище

Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью). Правила организации рабочего места школьников. Последовательность и объем сухой и влажной уборки классных комнат, спален. Уход за цветами.

Объем и последовательность периодической и сезонной уборки. Санитарная уборка помещения. Уход за мебелью. Способы ухода за окнами, подбор моющих средств. Соблюдение офтальмо-гигиенических требований во время уборки. Способы утепления окон.

Уход за мебелью. Уход за окнами. Объем и последовательность ухода за мебелью. Протирка мягкой сухой тряпкой деревянных частей мебели, мокрой тряпкой, смоченной в теплой воде, чистка плюшевой обивки мебели (стульев). Мытье стекол.

Практические занятия:

- Участие в уборке помещений. Повседневные обязанности по уборке игровой, классной и других помещений.
- Проведение сухой и влажной уборки комнат, чистка пылесосом мягкой мебели, мытье стекол, зеркал.
- Работа с пылесосом. Чистка ковров, обивки мебели. Уборка в спальне, сушка постельного белья.

Транспорт

Основные транспортные средства в городе, на селе. Междугородный транспорт. Размеры оплаты на всех видах городского транспорта, стоимость проездных билетов, порядок приобретения билетов и талонов, компостирование талонов. Составление наиболее рациональных маршрутов передвижения по городу. Знакомство с расписанием движения транспорта. Пользование кассой-автоматом при покупке билета на пригородные поезда.

Функции железнодорожного транспорта, метро. Назначение вокзалов, основные службы вокзалов. Умение пользоваться расписанием (определение номера поезда, времени отправления, прибытия). Значение видов

пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Порядок приобретения билета (покупка в кассе, заказ по телефону).

Дальнейшее изучение железнодорожного транспорта. Камера хранения багажа. Справочное бюро. Примерная стоимость проезда до разных пунктов следования. Зал ожидания.

Практические занятия:

- Поездки на транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута), поведение в транспорте.
- Экскурсии: на вокзалы, автостоянки.
- Поездка на электропоезде за город.

Торговля

Основные виды продовольственных магазинов, виды специализированных магазинов. Знание видов и стоимости разных товаров, порядок приобретения товаров, умение обратиться к продавцу, кассиру.

Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок покупки товаров. Правила поведения в магазине.

Дальнейшее изучение специализированных промтоварных магазинов, их отделов.

Стоимость отдельных товаров, порядок их покупки. Работа продавцов. Правила поведения в магазине.

Практические занятия:

- Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.
- Экскурсии в промтоварный магазин и покупка товаров.
- Посещение магазина, покупка мелких товаров: целлофановых пакетов, пуговиц, иголок, крема для лица, обуви, расчесок и т.д.

Средства связи

Знание основных средств связи (почта, телеграф, телефон), видов и порядка почтовых отправок, стоимости услуг. Виды почтовых отправок (письма,

бандероли, посылки). Умение найти индекс в справочнике, написать адрес на конверте.

Отправление ценного письма. Ассортимент бандеролей, предельный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки, заполнение бланков.

Виды посылок, предельный вес, упаковка, порядок их отправления, стоимость, заполнение бланков.

Практические занятия:

- Написание писем, поздравительных открыток. Посещение почты и отправление телеграмм, писем.
- Отправка по почте писем, бандеролей родственникам, друзьям, в другую школу, детский сад.
- Отправление посылок. Заполнение адреса на бланках отправлений.

Медицинская помощь

Набор домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники). Их назначение и правила применения. Вред самолечения. Пользование термометром. Местные лекарственные растения.

Правила первой помощи: обработка раны и наложение повязки.

Лечебно-профилактическая и лечебно-восстановительная работа в УВК. Своевременное принятие лечебных процедур, выполнение рекомендаций врача-офтальмолога.

Знание оптических средств коррекции зрения. Соблюдение комплексного лечения, включающего оптимальную очковую коррекцию. Индивидуальный выбор средств и методов лечения.

Практические занятия:

- Наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности.
- Посещение глазного кабинета. Овладение гимнастикой для глаз для снятия напряжения и утомления глаз. Уход за оптическими приборами.

Тематическое планирование

1 класс, 33 часа

№	Название раздела, тема занятия	Дата
1.	Введение – 1 час	
Личная гигиена – 4 часа		
2.	Режим дня, его выполнение.	
3.	Правила личной гигиены (расширение знаний).	
4.	Уход за волосами (мытьё, причёска).	
5.	Гигиена зрения. Гигиена чтения.	
Одежда и обувь – 5 часов		
6.	Виды одежды и головных уборов, их назначение.	
7.	Повседневный уход за одеждой (предупреждение загрязнений, чистка). Практическое занятие.	
8.	Подбор одежды, головных уборов по сезону.	
9.	Повседневная, праздничная и спортивная одежда.	
10.	Виды обуви, ее назначение, уход и хранение.	
Питание – 5 часов.		
11.	Основные продукты питания.	
12.	Разнообразие продуктов, их назначение и значение в жизни человека.	
13.	Витамины.	
14.	Сервировка стола.	
15.	Приготовление простых и комбинированных бутербродов. Практическое занятие.	
Семья – 3 часа		
16.	Состав семьи. Родственные отношения.	
17.	Правила поведения в семье.	
18.	Обязанности в семье. Игра-драматизация по выполнению различных обязанностей (практическое занятие)	
Культура поведения – 5 часов		
19.	Осанка при ходьбе, в положении сидя и стоя.	
20.	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	
21.	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.	
22.	Разговор со старшими и сверстниками.	
23.	Отработка норм поведения. Практическое занятие – игра.	
Жилище – 4 часа		
24.	Виды жилых помещений в городе и деревне.	
25.	Жилой дом, квартира. Обстановка в них.	
26.	Подсобные помещения.	
27.	Виды отопления и освещения.	
Транспорт – 4 часа		

28.	Виды транспорта.	
29.	Поведение в транспорте и на улице.	
30.	Правила уличного движения.	
31.	Экскурсия по улицам вокруг школы.	
Торговля – 2 часа		
32.	Продовольственные и промтоварные магазины, универсамы, универмаги, специальные магазины. Их назначение.	
33.	Порядок приобретения товаров в продовольственных магазинах.	

1 дополнительный класс, 34 часов

№	Тема занятия	Дата
1.	Введение – 1 час	
Личная гигиена – 4 часа		
2.	Правила ухода за ногтями и кожей рук.	
3.	Правила закаливания организма, правила обтирания, виды спорта. Личная гигиена на уроках физкультуры.	
4.	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Чистка и мытье посуды.	
5.	Офтальмо-гигиенические условия при приготовлении пищи. Значение растительной пищи в питании человека.	
Одежда и обувь – 5 часов		
6.	Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок).	
7.	Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных х/б и шелковых изделий.	
8.	Сушка, глажение небольших вещей (платков, носков и др.). Складывание чистого белья.	
9.	Уход за различного вида обувью и головными уборами.	
10.	Практическое занятие. Пришивание пуговиц, петель, вешалок. Стирка и утюжка изделий.	
Питание – 4 часа		
11.	Правила приготовления овощных блюд (из сырых и отварных овощей).	
12.	Сервировка стола к обеду. Правила поведения за столом.	
13.	Практическое занятие. Отваривание картофеля, приготовление из картофеля пюре.	
14.	Практическое занятие. Приготовление салата и винегрета из	

	сырых и отварных овощей.	
Семья – 3 часа		
15.	Состав семьи: имена, отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников.	
16.	Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей.	
17.	Практическое занятие. Игры – драматизации по общению и выполнению обязанностей.	
Культура поведения – 6 часов		
18.	Закрепление правил поведения в общественных местах (кинотеатр, музей, библиотека).	
19.	Закрепление правил поведения за столом во время еды.	
20.	Правила поведения в зрительном зале, гардеробе.	
21.	Соблюдение правил поведения за столом. Прием пищи.	
22.	Практическое занятие. Посещение общественных мест.	
23.	Практическое занятие. Отработка поведения во время приема пищи.	
Жилище – 3 часа		
24.	Санитарно-гигиенические требования к помещению.	
25.	Правила организации рабочего места школьников.	
26.	Практическое занятие. Участие в уборке помещений (класса, коридора). Уход за цветами.	
Транспорт – 3 часа		
27.	Основные транспортные средства в городе и селе.	
28.	Составление маршрутов передвижений по городу.	
29.	Практическое занятие. Поведение в транспорте.	
Торговля – 3 часа		
30.	Основные виды магазинов.	
31.	Порядок приобретения товаров.	
32.	Практическое занятие. Поход в магазин.	
Средства связи – 2 часа		
33.	Основные средства связи. Виды почтовых отправок.	
34.	Практическое занятие. Посещение почты.	