

Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»

Программа
внеурочной деятельности факультатива
«Грамматика жизни»
по социально-бытовой адаптации детей младшего
школьного возраста в условиях Центра

Автор:

Воспитатель
младшей школьной группы
Крюкова Елена Валерьевна

г. Тамбов 2019г.

Пояснительная записка

На протяжении всей своей жизни мы тем или иным образом сталкиваемся с проблемой адаптации. Ребенок идет в детский сад, дошкольник начинает обучение в школе, младший школьник переходит в среднее звено, выпускник поступает в учебное заведение, человек просто меняет место жительства. От того насколько успешно пройдет период адаптации, зависит дальнейшее обучение, или продвижение по службе, поэтому этой проблеме необходимо уделить наибольшее внимание. Необходимо учитывать состояние общества, в котором мы живем: неустойчивость общественных процессов, нарушение баланса социальной справедливости, и конечно, насилие, которым пронизано общество. Учитывая, что социализация - процесс усвоения форм и норм социального поведения, необходимо помнить, что подрастающее поколение усваивает те нормы поведения, которые мы им предлагаем практически, независимо от теории. Усложнение социальной среды, стремительный темп жизни общества, обилие противоречивой информации, снижение воспитательного потенциала семьи негативным образом сказываются на процессах социализации и социальной адаптации детей, поскольку они наиболее подвержены влиянию факторов окружающей среды. Проблеме адаптации посвящено значительное количество исследований в педагогике, психологии, медицине, физиологии, философии, социологии и др. наук. Вопросы социальной адаптации несовершеннолетних изучались такими исследователями, как Гончарова Е.Л., Кукушкина О.И., Конева Е.В., Чугунова Т. Б. Зарин А, Логинова Е.Т., Щербакова А.М., Москаленко Н.В.

Последствия трудной адаптации различны: ухудшение состояния здоровья, увеличение заболеваемости, снижение работоспособности, низкий уровень усвоения учебного материала. Усложнение социальной среды, стремительный темп жизни общества, обилие противоречивой информации, снижение воспитательного потенциала семьи негативным образом сказываются на процессах социализации и социальной адаптации детей, поскольку они наиболее подвержены влиянию факторов окружающей среды.

Социально-бытовая адаптация – это способ деятельности личности и её общения с окружающим, в процессе чего воспитываются привычки, установки, определяются нормы взаимоотношений в семье, с родственниками, соседями, развиваются умения организовывать бытовой труд, свободное время, направлять его на поддержание здоровья, удовлетворения духовных запросов.

Формирование культуры здорового образа жизни — одна из стратегических целей обучения и воспитания современных школьников и молодёжи. Культура здорового образа жизни человека — это его психологическая

(система мотивов, валеологических ценностных ориентации), теоретическая (система валеологических знаний) и практическая (система валеологических умений) готовность заботиться о состоянии своего здоровья. Образ жизни человека является определяющим фактором в состоянии его здоровья. Только из здорового ребёнка может вырасти здоровый взрослый. Самый драгоценный дар, который человек получает от природы – здоровье.

Здоровье детей – это главная и основная тема для всего человечества. В последние годы в нашем обществе всё очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признаётся и отрицательное влияние школы на здоровье детей. Закономерно возросло внимание к здоровью школьников, потому что состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем благополучия современного общества и государства, отражающим не только ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Поэтому с раннего возраста необходимо формировать культуру здоровья младших школьников.

Актуальность

Социальная адаптация личности является актуальной проблемой на протяжении всего развития общества, так как человек вынужден жить в мире, состоящем из других индивидов. При этом он взаимодействует как с отдельными представителями общества, так и с группами людей. И для того, чтобы это взаимодействие было успешным, человек должен знать и учитывать цели и нормы, принятые в данном обществе, выполнять определённые существующие правила, находить эффективные варианты поведения.

Обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, - актуальная задача современного образования. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на

сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающему воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни, а «знакомство» с вредными привычками ограничить на основании рекомендаций педагога-психолога.

Цель программы

Создание оптимальных условий для всестороннего развития и самоутверждения социально-адаптированной личности младшего школьника, через грамотное построение педагогического процесса на базе стационарной кризисно-реабилитационной службы, используя интегративный подход различных образовательных областей («Коммуникация», «Социализация», «Познание», «Безопасность», «Здоровье», «Художественное творчество».)

Задачи программы

1. Создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве;
2. Развивать нравственно-этическую культуру и творческие способности детей, их вкусы, идеалы, культурные запросы, формировать духовные качества, способствовать развитию эстетической и эмоциональной личности.
3. Создать условия для обеспечения охраны здоровья детей, их полноценного физического и психического развития, формирования здорового образа жизни. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
4. Формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, познакомить с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье на долгие годы;
5. Уточнить, систематизировать и углубить знания детей о правилах ОБЖ, формировать привычки их соблюдения.

Разделы программы

«Культура быта»

Занятия данного раздела знакомят детей с вопросами по уходу за жилищем, миром веществ в быту, о соблюдении правил личной гигиены, цветоводства, кулинарии.

«Дорогою добра»

Занятия данного раздела дают представление о нравственной свободе человека, помогают увидеть красоту нравственных поступков, формируют культуру поведения в общественных местах, знакомят с правилами этикета и приёма гостей, помогают увидеть красоту нравственных поступков.

«Азбука здоровья»

Занятия данного раздела формируют представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; о темах личной гигиены, о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах; о рациональной организации режима дня, о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ.

«Опасности и чрезвычайные ситуации»

Занятия данного раздела учат детей вырабатывать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни, воспитывать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека ситуациям в быту, на улице, в природе.

Основные условия реализации

- создание возможностей для самореализации, самовыражения личности;
- обеспечение на каждом возрастном этапе освоения ведущих видов деятельности, учитывающее индивидуальные, характерологические и физиологические особенности учащихся;
- обеспечение на каждом возрастном этапе позитивной ситуации развития, при которой обеспечены все фазы становления личности: адаптации, индивидуализации, интеграции;
- обеспечение преемственности возрастных периодов развития учащихся при соблюдении принципа максимального использования своеобразия каждого отдельного периода и четкого перехода от одной ступени развития к другой, выраженного в видимом изменении социальной позиции, характере связей с обществом

Особенности методики программы социальной адаптации заключаются в создании благоприятного психологического микроклимата и творческой атмосферы, способствующих становлению развивающейся личности, раскрытию нравственного потенциала учащихся.

Программа рассчитана на 34 часа (1 занятие в неделю). Реализуется в течение года, с сентября по май предпочтение отдается тематическим занятиям, в летний период проводятся физкультурно-оздоровительные и досуговые мероприятия, экскурсии и практикумы.

Продолжительность занятия от 30 и более минут каждое. Занятия проводятся согласно циклограмме в специально отведенном в режиме месте.

Предположительное количество участников от 4-5 человек до 10 в зависимости от возраста, индивидуальных особенностей детей, содержания занятия.

Возрастной состав участников – дети младшего школьного возраста (7-10 лет). Возможно участие детей разного уровня психического развития, при формировании групп учитывается степень выраженности интеллектуального дефекта.

Нестабильность состава воспитанников, частая его сменяемость, разный возраст, уровень развития, специфика режима работы учреждения обуславливают необходимость гибкости программы, темы которой не требуют строгой последовательности. Это позволяет ребенку на любом этапе реализации программы включиться в педагогический процесс.

Тематика занятий определена достаточно условно. Содержание деятельности может быть упрощено и усложнено в зависимости от конкретного опыта, имеющегося у детей, от их включенности в общение личностного типа, от общего культурного и умственного развития. Проблематика может быть легко расширена и определить ее могут сами дети. Иногда целесообразно посвятить одной теме не одно, а два и более занятий.

Приёмы реализации рабочей программы

В процессе реализации программы могут быть использованы разнообразные формы организации мероприятий: «круглый стол», демонстрация видеофильмов, мини-лекция, описание профессий, конкурс, составление и решение различных тематических кроссвордов, моделирование проблемных ситуаций, беседы. При этом любая проблема обсуждается с опорой на жизненный опыт самого учащегося, сравнивается с жизненным опытом окружающих и точкой зрения науки.

Значительное место отводится экскурсиям. Они проводятся на предприятия службы быта, магазины, аптеки, различные учреждения. Перед проведением экскурсии обязательно проводятся вводные беседы о цели экскурсии, правилах поведения в транспорте и дорогах.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов. Игра-это своеобразная школа жизни. Игра способствует расширению знания об окружающем мире, систематизации жизненного опыта, активизации познавательной активности обучающихся. Кроме того, они служат своего рода отдыхом, доставляя удовольствие школьникам. Таким образом, в каждом виде деятельности заложены большие коррекционные возможности, способствующие социальной адаптации будущих выпускников.

Ожидаемые результаты программы

В результате реализации программы у воспитанников должны быть сформированы теоретические знания, трудовые умения и навыки, достаточные для самообслуживания, ухода за жилищем, помощи семье; должен повыситься уровень адаптации в современном обществе, их ориентации в социуме и быту, а также:

- самоутверждение каждого воспитанника в коллективе;
- обретение каждым социального статуса в среде сверстников;
- максимальное развитие личности каждого ребёнка;
- укрепление здоровья воспитанников;
- повышение уровня правовой культуры;
- оздоровление межличностных отношений;
- повышение творческой активности учащихся в системе дополнительного образования;
- формирование поведенческих навыков, соответствующих социальным нормам.

Основные общие требования к знаниям, умениям, навыкам

Воспитанники должны знать:

1. Свое имя и фамилию, имена окружающих, название города, адрес проживания, последовательность выполнения утреннего и вечернего туалета, периодичность и правила чистки зубов, ушей, мытья головы, правила охраны зрения при чтении и просмотре телевизионных передач, правила личной гигиены, правила ухода за предметами личной гигиены, виды косметических средств, название вещей личного пользования и их назначение, правила ухода за кожей лица и волосами. Части тела и органов человека, правила ухода за кожей рук, ног и ногтей, о пагубном влиянии курения, алкоголя на организм и о соблюдении правил здорового образа жизни, требования к осанке при ходьбе, в положении стоя и сидя.
2. Виды одежды и обуви их назначения, правила ухода за одеждой и обувью.
3. Санитарно-гигиенические требования к процессу приготовления пищи, правила сервировки стола к завтраку, правила заваривания чая, правила пользования ножом, плитой, электрическим чайником.
4. Правила поведения при встрече и расставании, формы обращения с просьбой, вопросом, правила поведения за столом. Правила поведения в

зрелищных и культурно-просветительных учреждениях, правила поведения в гостях.

5. Виды жилых помещений в городе и деревне и их различие, почтовый адрес своего дома —Центра.

6. Основные транспортные средства, виды транспортных средств (специальный, грузовой, пассажирский, городской, железнодорожный, пригородный, междугородний), порядок приобретения билетов, правила передвижения на велосипеде, правила поведения в транспорте. Элементарные правила уличного движения.

7. Основные виды магазинов, их назначение, виды отделов в продовольственных магазинах и правила покупки товаров в них.

8. Основные средства связи, виды почтовых отправлений.

9. Виды медицинской помощи, медицинских учреждений, функции основных врачей-специалистов, способы вызова врача на дом, основной состав домашней аптечки, виды доврачебной помощи.

10. Наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила перехода дороги при высадке из транспортного средства;

11. Правила безопасного поведения в парке, скверах. В лесу, понятие об ориентировании на местности;

12. Ядовитые растения, грибы, ягоды. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми.

13. Как оповещают население о чрезвычайных ситуациях. Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!».

Воспитанники должны уметь:

1. Совершать утренний и вечерний туалет в определенной последовательности, причесывать волосы и выбирать прическу, мыть руки, стричь ногти на руках и ухаживать за кожей рук, подбирать косметические средства для ухода за кожей рук, подбирать косметические средства для ухода за собой.

2. Подбирать одежду, головные уборы, обувь по сезону, сушить мокрую одежду и чистить одежду, подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению.

3. Накрывать на стол с учетом конкретного меню, пользоваться печатными инструкциями к различным бытовым химическим средствам, составлять меню.

4. Следить за своей осанкой, походкой и жестикуляцией, правильно вести себя при встрече и расставании со сверстниками (мальчиками и девочками), взрослыми (знакомыми и незнакомыми) в различных ситуациях, тактично вести себя за столом во время приёма пищи (пользоваться приборами, салфетками, аккуратно принимать пищу).
5. Убирать жилые помещения, проводить сухую и влажную уборку, чистить ковры, книжные полки, батареи, ухаживать за полом, используя бытовые химические средства, ухаживать за комнатными растениями.
6. Соблюдать правила поведения в общественном транспорте (правила посадки, покупки билета, поведения в салоне и при выходе на улицу, соблюдать правила дорожного движения).
7. Выбирать продукты, оплачивать покупку, соблюдать правила поведения в магазине.
8. Вызывать врача на дом, приобретать лекарство в аптеке, пользоваться термометром, обрабатывать раны и накладывать повязки.
9. Уметь правильно вести себя при встрече с опасными животными и насекомыми, суметь защититься от них.
10. Правильно переходить дорогу, перекрёсток;
12. Уметь действовать при сигнале «Внимание всем!»

Методическое обеспечение

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: текст с изм. и доп. на 2011 г./ М-во образования и науки Рос.Федерации.- М.: Просвещение.2011.-33с.

«Основы безопасности детей дошкольного возраста». Р.Б. Стёркина. Учебно-наглядное пособие для детей дошкольного возраста. ОАО «Издательство «Просвещение». Москва.2000г.

«Детям о правилах пожарной безопасности». Художник Ю.К. Школьник. Издательство «СОУЭЛО». Москва. 2002г.

«Не играй с огнём!». Демонстрационный материал для занятий в группах детских садов и индивидуально. «Весна-Дизайн». г.Киров. 2008г.

«Как избежать неприятностей?». Игровой дидактический материал по основам безопасной жизнедеятельности (На воде и на природе 1). «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Как избежать неприятностей?». Игровой дидактический материал по основам безопасной жизнедеятельности (Во дворе и на улице 2). «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Как избежать неприятностей?». Игровой дидактический материал по основам безопасной жизнедеятельности (Дома 3). «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Природные и погодные явления». Демонстрационный материал для занятий в группах детских садов и индивидуально. «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Транспорт наземный, воздушный, водный. Демонстрационный материал для занятий в группах детских садов и индивидуально. «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Насекомые». Демонстрационный материал для занятий в группах детских садов и индивидуально. «Весна-Дизайн». г.Киров.2008г.

«Права ребёнка». На базе «Конвенции о правах ребёнка». Наглядное пособие для воспитателей, учителей, гувернёров, родителей. ООО Издательство «Ранок». Москва. 2010г.

«Детские инфекции». Информационно-деловое оснащение ДОУ. Издательство «Детство-Пресс». г.Санкт-Петербург.

«Беседы о здоровье». Методическое пособие. Т.А. Шорыгина. Творческий центр «Сфера». Москва. 2010г.

«Беседы о правилах пожарной безопасности». Т.А. Шорыгина. Творческий центр «Сфера». Москва. 2008г.

Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва, «ВАКО» 2007 г.

Обухова Л.А. «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья» Москва, «ВАКО» 2007 г.

Яровая Л.Н., Жиренко О.Е. «Внеклассные мероприятия. 3 класс». «Внеклассные мероприятия. 4 класс», «Внеклассные мероприятия. 2 класс» Москва, «ВАКО» 2007 г., 2008 г.

Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам / Е.А.Алябьева.- М.:ТЦ Сфера. – 2003. – 88с.

Ковалько В.И.Здоровьесберегающие технологии...» Москва, «ВАКО» 2007г.

Анастасова Л.П., Иванова И.В., Ижевский П.В. Жизнь без опасностей.

Волков С. Про правила дорожного движения. Часть 1,2. «Омега-пресс», 2007;

Основы пожаробезопасного поведения. Методические рекомендации для педагогов, работающих с детьми дошкольного возраста.- Вологда, 2002;

Пожарная безопасность. Нестандартные занятия / Автор-сост. Р.А.Жукова - Волгоград: ИТД «Корифей» 2008;

Титов С.В., Шаббаева Г.И. Тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя. – М.: ТЦ Сфера, 2005;

Шорыгина Т.А. Беседы о правилах пожарной безопасности. М. ООО «ТЦ Сфера» 2005;

Элькин Г.Н. Правила безопасного поведения на дороге. ИД «Литера», 2008.

Детская литература:

Житков Б. «Пожар», «Дым», «Пожар на море»;

Заходер Б. «Шофер»;

Казаков Е. «Чик- чик ножницами»;

Маршак С. «Кошкин дом», «Пожар»;

Михалков С. «Дядя Стёпа - милиционер»;

Некрасов Н. «Дед Мазай и зайцы»;

Носов Н. «Заплата»;

Пермяк Ю. «Торопливый ножик»;

Пушкин А. «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях»;

Суслов В. «Его сигнал для всех закон»;

Толстой Л. «Пожар», «Пожарные собаки»;

Чуковский К. « Мойдодыр», « Доктор Айболит», «Путаница»;

Оборудование

Наглядный и демонстрационный материал, плакаты, буклеты, папки-передвижки;

Мультимедийный материал;

Инвентарь для уборки помещения, средства для ухода за одеждой, обувью, средства для ухода за посудой, личной гигиеной;

Предметы для сервировки стола, приготовления блюд, фартуки, колпаки;

Спортивный инвентарь: стойки (флажки или кегли), мячи, воздушные шары, скакалки, обручи, ракетки, рюкзаки, ведерки, кубики.

Раздаточный материал: листы бумаги, карандаши, акварельные краски, ватман, кисточки, клей, пластилин.

Настольные игры;

Ребусы, кроссворды, лабиринты, раскраски и т.д.

«Родительский клуб»

Консультации для родителей на темы:

«Режим дня школьника»; (октябрь)

«Учебные нагрузки и здоровье ребёнка»; (ноябрь)

«Питание школьника в семье и школе»; (декабрь)

«Как уберечь ребёнка от насилия»; (февраль)

«Профилактика вредных привычек»; (март)

Выставки работ для родителей на темы:

«Мы против курения и алкоголя»

«Правильное питание и витамины»

«Огонь - наш друг или враг?»

«Сказки К.И. Чуковского»

«Я здоровье сберегу-сам себе я помогу».

Официальные информационные ресурсы:

<http://www.vdpo.ru>

<http://pro-obzh.okis.ru>

<http://viki.rdf.ru>

<http://www.spas-extreme.ru>

<http://detsadik.my1.ru>

<http://detsad-kitty.ru>

<http://www.ivalex.vistcom.ru>

<http://prezentacii.com>

<http://uchitelu.net>

<http://www.maaam.ru> и др.

для детей:

<http://www.spas-extreme.ru/>

[http://www.healthy lifestyle.su/;](http://www.healthy lifestyle.su/)

[http://www.takzdorovo.ru/;](http://www.takzdorovo.ru/)

<http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie>.

Содержание программы

1 год обучения по программе социально-бытовой адаптации «Грамматика жизни»

Цель: всестороннее развитие подрастающего поколения, привитие навыков самообслуживания, формирование знаний по этике поведения в семье и школе, вопросам культуры быта и мира веществ в быту, формирование представления о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

	Тема занятия	Программное содержание	Форма проведения	Оборудование
--	--------------	------------------------	------------------	--------------

Сентябрь

1.	«Культура быта. Бытовая химия».	-Дать понятие «культура быта», значения для жизни человека, соблюдение правил техники и пожарной безопасности. Дать сведения о бытовой «химии», познакомить детей с миром веществ в быту, необходимых для уборки помещения.	Рассказ; беседа	Иллюстрации жилых помещений; чистящие и моющие средства, с инструкциями по применению; инвентарь для влажной и сухой уборки.
2.	«Режим дня школьника»	- Познакомить детей младшего школьного возраста с режимом	Беседа-диалог; презентации	Ноутбук, наглядные материалы

		дня, убедить их в необходимости его строго выполнять; - научить школьников планировать свое личное время, опираясь на собственный режим дня.	я	
--	--	---	---	--

Октябрь

1.	«Чистые руки, чистое тело- смело берись за любое дело» Гигиена школьника.	-Дать общие сведения о соблюдении правил личной гигиены; рассказать о средствах по уходу за телом, научить применять их в банный день; техника безопасности.	Беседа; игра; презентация	Иллюстрации, ноутбук; средства по уходу за телом и волосами: гели, шампуни, дезодоранты, мочалки пословицы: «Кто опрятен, тот людям приятен», «Чистота – залог здоровья»; книга Г.Остера «Вредные советы»
2.	«Огонь-друг или враг?»	-Пополнить знания детей о правилах пожарной безопасности; научить правильным действиям в случае возникновения пожара. Способствовать развитию творческих способностей.	Урок творчества, правила в рисунках	Акварельные краски, карандаши, листы бумаги; загадки; ребусы; рисунки опасных ситуаций; плакаты по противопожарн

				ой безопасности; выставка книг; запись сирены и сигнала «Внимание всем»
3.	«Какие опасности подстерегают нас на улицах и дорогах».	-Воспитывать у младших школьников культуру поведения в общественных местах, правильно и безопасно вести себя на улицах и дорогах, в транспортных средствах, потребность соблюдать правила дорожного движения. -совершить экскурс в историю развития транспорта; побудить детей к творчеству (сочинение частушек по правилам дорожного движения).	Экскурсия по ул. Мичуринской (участок дороги от «Центра» до Парка Победы)	Иллюстрации знаков дорожного движения: запрещающие, предупреждающие; памятки о правилах поведения на тротуаре

Ноябрь

1.	«Жилище. Моющие средства при уборке помещения».	-Дать сведения о значении жилища для человека; о требованиях, предъявляемых к жилищу (чистота, порядок, удобные предметы обстановки, свет, тепло, уют; рассказать о средствах, применяющихся при	Практическое занятие; экскурсия в магазин хозяйственных товаров «Рубль Бум»	Чистящие и моющие средства; фартук, перчатки, ведро, таз, швабра, тряпка для пола, пылесос, чистая вода
----	---	--	--	---

		уборке помещения; провести уборку помещения). Соблюдение ТБ при обращении с электрическими приборами		
2.	«Береги здоровье смолоду».	-Сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и ЗОЖ. - учиться быть здоровым душой и телом, стремиться строить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы и бытия.	Игра-викторина	Магнитная доска, кроссворды, лепестки «ромашки», ватман, наборы картинок с привычками человека
3.	«Откуда пришла книга?»	-Познакомить детей с процессом изготовления книги; воспитывать чувство бережливого отношения к книгам.	Беседа; мультимедийна я презентация	Ноутбук; выставка книг

Декабрь

1.	«Комнатное цветоводство . Подкормка для цветов. Удобрения»	- Комнатные растения. Стихи и загадки о растениях. Функции. Биологические особенности, потребность в тепле, свете, влаге и питательных веществах. Уход за	Рассказ; беседа; презентация.	Видеоролик о цветах в сопровождении музыки П.И. Чайковского «Фея драже», живые цветы в горшках, иллюстрации комнатных
----	--	--	-------------------------------------	--

		растениями.		растений
2.	«Посадка комнатных растений».	-Дать сведения о способах пересадки комнатных растений; дать понятие об удобрениях значении их для роста растений; соблюдение техники безопасности.	Практическое занятие	Горшки для цветов, почва, фартуки, перчатки, лейка с водой, палочки для рыхления почвы, тряпочки.
3.	«Взгляд на глаз»	-Дать представление о том, что глаза являются одним из важнейших органов чувств человека; - познакомить детей со строением глаза; расширять пассивный словарь школьников: «зрачок», «сетчатка», «радужная оболочка», «хрусталик», «склера»; «роговица»; - обучать ребенка практическим навыкам сохранения и укрепления зрения детей; - воспитывать чувство сострадания к незрячим людям, желание оказать им помощь.	игра-практикум	Плакат «Строение глаза»; повязки на глаза; мешок с предметами; карандаши; картинки «Памятник слепому человеку»; «Шрифт Брайля»; памятка «Правила бережного отношения к зрению; салатницы, ложки, морковь со сметаной; ноутбук

1	«Ситуация (один дома, встреча с незнакомцем, позвонили в дверь)»	-Воспитывать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека ситуациям в быту, на улице; научить предотвращать эти ситуации.	Беседа; творческие задания; инсценировка ситуаций	Иллюстрации слайды
2	«Уход за одеждой. Средства для стирки белья»	-Дать детям сведения об уходе за одеждой видах одежды по назначению и сезону; понятия «сортировка белья» «отбеливание» -рассказать о видах стирки (ручная машинная) последовательности стирки и способах сушки белья; предложить детям постирать косыночки, фартучки. После просушки увлажнить и прогладить. Закрепить навык работы с утюгом. Соблюдение ТБ при глажении.	Практическое занятие Экскурсия на прачечную	Одежда воспитанников, плечики для одежды, щетки одежные, памятка «Повседневный уход за одеждой»; средства для отбеливания порошкообразные, жидкие и твердые моющие средства для стирки, таблица «Условные обозначения»; косынки фартучки утюг гладильная доска
3	«Культура внешнего вида».	- Воспитывать осознанное отношение к внешнему виду; - познакомить детей с историей школьной формы в России;	Беседа; творческое задание «Аккуратные причёски»; презентация	Ноутбук; инструменты и средства для ухода за волосами

		- формировать умения красиво и правильно одеваться, соответственно определенным жизненным ситуациям;	Экскурсия в парикмахерскую	
4	«Зачем нам нужен сон?»	-Учить распознавать психологические и физиологические проявления состояния организма, их взаимосвязь; учить регулировать состояние своего организма, в том числе через полноценный отдых.	Творческий проект	Аудиозапись колыбельной песни; стихотворение С. Михалкова «Не спать»; ноутбук

Февраль

1	Сказки «Здоровье»	-Сказки К.И.Чуковского: «Федорино горе», «Мойдодыр», «Доктор Айболит», В. Катаева «Цветик-семицветик».	Викторина; конкурс рисунков	Бумага, акварельные краски, карандаши, вопросы викторины
2	«Уход за обувью. Средства для ухода за обувью».	-Дать понятие о видах обуви, назначении; -повседневный уход за обувью из кожи, замши, текстиля и шерсти; подготовка обуви к сезонному хранению.	Беседа; практическое занятие	Разные виды обуви, памятки «Подготовка обуви к сезонному хранению», «Уход за обувью кожи, замши, текстиля, шерсти», губка и щетка для чистки обуви, крем для обуви, щетка для нанесения крема, средства для защиты от моли.
3	«Собака бывает кусачей».	-Дать знания о правилах поведения при встрече и общении	Рассказ; беседа; конкурс	Иллюстрации; детские презентации

		с различными домашними и бездомными животными; -научить детей понимать состояние и поведение животных; -учить осторожному обращению с животными, объясняя, что контакты с ними могут быть опасными;	детских презентаций «Домашний питомец».	
4	«Ах, картошка, объедаешь».	-знакомить детей с историей распространения овощных культур по странам и континентам, использования картофеля в приготовлении пищи.	Познавательная игра	Презентация; палочки, фильтровальная бумага (салфетки) йод, крахмал, 2 деревянные ложки, 2 корзиночки, 2 ведерка. Картофель, швейные булавочки, макароны, пластилин, картофель здоровый и больной

Март

1	«Поражение электрическим током и молнией».	-Научить предвидеть и прогнозировать опасные ситуации, связанные с поражением электрическим током и молнией; познакомить со способами оказания первой помощи при электротравме.	Беседа; презентация	Ноутбук; раздаточные индивидуальные карточки- задания к самостоятельной работе; плакаты «Оказание первой помощи при поражении электрическим током»
2	«Правила поведения школьника».	-Выявить знания о культуре поведения в	Круглый стол	Выставка книг, карточки с речевыми

	Культура поведения в общественных местах».	общественных местах, в гостях, транспорте, школе, театре.		ситуациями, тематические иллюстрации, ноутбук.
3	«Как устроен человек?»	- Дать понятие “внешнее” и “внутреннее” строение тела человека; - познакомить с частями и внутренними органами человека; - способствовать развитию логического мышления, мыслительных операций анализа и синтеза;	Презентация; практическая работа; рассказ	Иллюстративный материал по теме; раздаточный материал: бумага, карандаши, ручки
4	«Красная книга Тамбовской области»	-Познакомить детей с флорой и фауной Тамбовской области; с животными и растениями, занесёнными в Красную Книгу; -рассказать о заповедниках, находящихся на территории Тамбовской области, познакомить с правилами охраны природы.	Рассказ; презентация	Ноутбук; иллюстративный материал по теме

Апрель

1.	«Правила этикета»	-Дать сведения о правилах поведения за столом, о	Практическая работа; беседа	Столовые приборы: тарелка, вилка, ложка,нож;
----	-------------------	--	-----------------------------	--

		сервировке стола, правилах использования столовых приборов; показать несколько способов складывания салфеток; дать понятия о способах удаления пятен со скатерти: жировые, восковые, пятна от ржавчины.		салфетки; химические средства для удаления пятен с инструкциями; соблюдение ТБ
2.	«Как дарить подарки и правильно принимать гостей»	-Познакомить учащихся с правилами выбора подарков; умением вручать подарок; -расширять представления младших школьников о правилах хорошего тона; -воспитывать самостоятельность, творческое отношение к делу.	Беседа; ролевая игра	Ноутбук; иллюстративный материал; игрушки, коробки, упаковки
3.	«Я здоровье сберегу - сам себе я помогу»	-Познакомить детей с полезными и вредными (курение и алкоголь) привычками; способствовать формированию целостного отношения к своему здоровью; показать значимость полезных привычек для укрепления здоровья.	Устный журнал; конкурс рисунков	В.Ю. Климович «Детство без алкоголя» наглядно-методическое пособие; изд. Центр Планетариум Москва, 2004г. Листы бумаги, краски, карандаши
4.	«Вместе веселей»	-Пропагандировать здоровый образ	Спортивный праздник	Свисток, стойки (флажки или

	играть!»	жизни; -создать устойчивую мотивацию и интерес детей к физкультурным развлечениям.		кегли), мячи, воздушные шары, скакалки, обручи, ракетки, рюкзаки, ведерки, кубики. Лозунги- плакаты “Спорт – это здоровье”, “Спорт – это успех”, “Спорт – это дружба”, “Спорт – сильнее всех”
--	----------	---	--	---

Май

1	«Наша кухня. Средства для мытья посуды»	-Познакомить с инвентарём пищеблока Центра (кухонная плита, холодильник, разделочные доски, шкаф для хранения посуды) и т. д. Рассказать о средствах для мытья посуды (жидкие, порошкообразные -Предложить детям почистить чистящими средствами раковину и кастрюли. Соблюдение техники безопасности.	Практическая работа; беседа; экскурсия на пищеблок.	Фартуки, колпаки, средства для мытья посуды, перчатки, губки
2	«Правила безопасности и на воде»	-Познакомить детей с правилами поведения у воды, с правилами оказания помощи пострадавшим; закрепить знания	презентация	Иллюстративный материал по теме

		детей о том, какую опасность несет вода, если не соблюдать определенные правила.		
3	«Твоя малая Родина. Рядом с настоящим прошлое»	- Воспитание национально – патриотических ценностей, привитие чувств уважения к природе, истории, культуре, традициям и обычаям России и родного края.	Изготовление лепбука	Макет лепбука, картинки памятников, герба и флага, национального костюма Тамбова, стихи о Тамбове, пословицы о Родине, исторические факты города, дерево пожеланий, клей, кисточки, фломастеры

2 год обучения по программе социально-бытовой адаптации «Грамматика жизни»

Цель: Закрепление изученного материала по теме «Культура быта», «Бытовая химия» и изучение темы «Кулинария», продолжать знакомить учащихся с основами ЗОЖ и ОБЖ

	Тема занятия	Программное содержание	Форма проведения	Оборудование
--	--------------	------------------------	------------------	--------------

Сентябрь

1.	«Кулинария. Значение питания в жизни человека»	-дать понятие «кулинария», представление о значении питания для человека, составе пищи, правильной обработке продуктов, правилах соблюдения техники и пожарной безопасности, познакомить с миром веществ на	Беседа; экскурсия на пищеблок	Ноутбук; фартуки, колпаки, продукты, скалки, разделочные доски, противень, чашки, кисточки.
----	--	---	-------------------------------	---

		кухне		
2.	«Советы доктора Айболита»	-познакомить с правилами здорового питания, развить творческие способности учащихся, научить работать в коллективе	Мультимедийная презентация; конкурс рисунков «Полезные и вредные продукты»	Листы бумаги, акварельные краски, карандаши ; стихи, загадки, пословицы и поговорки о здоровье; ноутбук
3.	«Деревья – целители»	-расширять и уточнять представления детей о деревьях, растущих в нашей местности; -познакомить детей с целебными свойствами деревьев и использовании их для здоровья человека.	Экскурсия; презентация; беседа	Иллюстративный материал

Октябрь

1	«Простая нарезка овощей. Использование воды».	-познакомить с первичной обработкой овощей (картофель, морковь), научить правильно сортировать, мыть, чистить, нарезать и использовать для различных блюд. Соблюдать правила работы с ножом. Рассказать о свойствах воды.	Практическая работа	Фартуки, колпаки; овощи; разделочные доски, ножи; иллюстративный материал
2	«Привычки и здоровье»	-выяснить представления детей о том, что является	Викторина Оформление стенгазеты	Листы бумаги, ватман, цветные карандаши;

		полезным и вредным для человека. Способствовать формированию стремления приобретать полезные привычки и избегать вредные.	«Мы выбираем ЗОЖ»	карточки «Привычки и последствия» В. Ю. Климович «Детство без алкоголя» методическое пособие М.2004г.
3	«Помни о других - ты не один на свете! Добрые и недобрые дела»	-Помочь детям исследовать свои положительные качества, развитие доброжелательности по отношению к окружающим; -обучить приёмам саморегуляции, тренировка доброжелательного поведения, умения улыбаться.	Ролевая игра; Изготовлени папок – передвижек о труде, добре и зле, дружбе, Родине	Плакаты с пословицами и высказываниями: «Человек живёт век, а доброе дело-два», «Спешите делать добро»
4	«Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами и газом»	-Познакомить детей с источниками газа, признаками отравлений пищей и газом; -оказание первой помощи.	Беседа-рассуждение; презентация	Ноутбук

Ноябрь

1	«Значение питания в жизни человека (продолжение). Холодные блюда и закуски. Растительное масло, майонез».	-Рассказать о холодных блюдах и закусках, научить детей нескольким формам фигурной нарезки овощей, готовить и оформлять салат, дать сведения о сервировке стола. Рассказать о способах получения	Презентация, практическая работа	Фартуки, колпаки, разделочные доски, овощи, салатники ноутбук
---	---	---	----------------------------------	--

		растительного масла и майонеза, о применении их в кулинарии. Приготовить салат из овощей.		
2	«Пожары. Системы оповещения при пожаре. Средства пожаротушения»	- Дать знания об основных причинах возникновения пожара и мерах предосторожност и для его исключения Знать противопожарные объекты в здании-пожарные щиты, огнетушители, запасные выходы; уметь ориентироваться по плану эвакуации на случай пожара; знать последовательнос ть действий при пожаре.	Беседа; Презентация; творческая работа-рисование; экскурсия в Пожарную часть.	Серия плакатов по противопожарной безопасности; средства пожаротушения; ноутбук
3	«Дорога и мы. Каким я был, есть, буду!»	-закреплять у детей уже имеющиеся знания о разнообразных профессиях; -развивать внимание, умение работать в коллективе через выполнение конкурсных заданий; -воспитывать уважительное отношение к труду, к людям	Диспут презентация	Ноутбук

		труда.		
--	--	--------	--	--

Декабрь

1.	«Холодные блюда и закуски (продолжение). Поваренная соль».	-Дать сведения о значении минеральных веществ и воды для организма; научить приготовлению винегрета. Сообщить дополнительные сведения о сервировке стола и правилах поведения за столом. Дать сведения о поваренной соли и пропорциях применения её в кулинарии.	Практическая работа	Фартуки, колпаки, разделочные доски, овощи, салатники, столовые приборы ноутбук
2.	«Что такое алкоголь?»	-выяснить первоначальный уровень знаний детей об алкогольных напитках. Объяснить понятия «алкоголь», «этиловый спирт», «этанол». Дать представление о том, какие напитки и по какому признаку принято относить к алкогольным.	беседа-рассуждение; творческая работа-рисование.	Карточки с изображением различных напитков, канцелярские скрепки, лист ватмана, карандаши
3.	«Осторожно, грипп! Закаливание и профилактика простудных заболеваний».	-Сформировать у школьников активную позицию по отношению к собственному здоровью;	Круглый стол; презентация; изготовление стенгазеты	Ноутбук; иллюстративный материал

		-вызвать интерес учащихся к сохранению их собственного здоровья, особенно в условиях распространения гриппа в осенне-зимний сезон; -познакомить учащихся с информацией об источниках заражения вирусом, мерах предосторожности и профилактики гриппа		
4.	«День Конституции России»	-Сформировать понятия «закон», «порядок», «право»; -дать представление о Конституции.	Беседа – сообщение; презентация	Ноутбук

Январь

1.	«Состав пищи. Белки, жиры, углеводы, витамины»	-Дать сведения о значении витаминов, полезных продуктах питания. Рассказать о способах получения сливочного масла и применении его в кулинарии.	Устный журнал, викторина	Иллюстративный материал
2.	«Причины возникновения пожаров. Что нужно делать при пожаре?» (продолжение)	-Познакомить детей с причинами возникновения пожаров, со степенью их опасности; учить	Игра-практикум; презентация	Серия плакатов по противопожарной безопасности; ноутбук

		<p>умению правильно действовать в случае обнаружения пожара. Прививать навыки осторожного обращения с огнём.</p>		
3.	«Что нужно знать о лекарствах?»	<p>-Сформировать понятия о влиянии на организм человека лекарственных препаратов; -формирование понятий «здоровье» (физическое, психологическое, духовное), «болезней», «защитные барьеры организма», «лекарства», «лечение», «самолечение», «зеленая аптечка»;</p>	<p>Беседа-сообщение; презентация; Соблюдение ТБ</p> <p>Экскурсия в аптеку.</p>	<p>Ноутбук; Виды лекарств из медицинского кабинета</p>
4.	Конкурс плакатов «Правильное питание и витамины».	<p>-развивать умения поддерживать и сохранять собственное здоровье; -воспитывать ответственность за свое поведение, здоровье, за свое будущее;</p>	<p>Творческая деятельность</p>	<p>Листы бумаги, карандаши, акварельные краски</p>

Февраль

1.	«Бутерброды и их виды».	<p>-Познакомить детей с историей появления хлеба.</p>	<p>Практическая работа</p>	<p>Фартуки, колпаки; овощи; батон, хлеб;</p>
----	-------------------------	---	----------------------------	--

		Рассказать о классификации бутербродов и технологии их приготовления. Сформировать умение при приготовлении открытых бутербродов с соблюдением ТБ и санитарии..		разделочные доски, ножи; иллюстративный материал
2.	«Цена ломтика. Блокада Ленинграда»	- Расширить знания о пользе хлеба, его ценности, о тяжёлом труде хлебороба; - воспитывать чувство бережливого отношения к хлебу; рассказать детям о жизни в блокадном Ленинграде.	Презентация	Ноутбук
3.	«Вкусное часто бывает опасным»	-Воспитывать правильное отношение к своему здоровью и питанию как к источнику энергии для организма, а не удовольствия;	Игра Экскурсия в продуктовый магазин	Карточки с изображением продуктов; листы бумаги, карандаши
4.	«Снежная сказка»	-обучить детей с помощью игровых форм навыкам работы в команде; воспитывать взаимопомощь и чувство товарищества; -развить творческие	Творческая мастерская	Создание скульптур, крепостей, сказочных предметов из снега.

		способности детей.		
--	--	-----------------------	--	--

Март

1.	«Рыбные блюда»	-Научить правильно разделывать сельдь и красиво оформлять её, готовить гарнир к сельди из овощей. Приготовление картофельного пюре. Закрепление навыков работы с ножом правила оказания первой помощи при порезе.	Практическая работа Экскурсия на пищеблок	Фартуки, колпаки, разделочные доски, сельдь, картофель посуда
2.	«Как себя защитить? Травмы».	-Воспитание ответственного отношения к собственной безопасной жизнедеятельности; -формирование устойчивых навыков безопасного поведения на дорогах, в быту, в школе; -разработка и внедрение новых современных технологий управления деятельностью по профилактике детского травматизма;	Беседа; презентация	Ноутбук
3.	«Действие алкоголя на внешний вид и особенности поведения человека».	-Дать детям представление об изменении внешнего вида и поведения человека под воздействием	Диспут, конкурс рисунков «Мы против курения и алкоголя».	Иллюстративный материал; ватман карандаши

		алкоголя и объяснить, почему это происходит; -сформировать представление об опасности возможных неадекватных действий человека, находящегося в состоянии алкогольного опьянения, и отработать умение безопасного поведения при встрече с ним.		
4.	«Такие разные праздники».	-Познакомить детей с многообразием праздников, отмечающихся в нашей стране; об истории их возникновения; -Сформировать представление о культурных традициях и обычаях нашего народа.	беседа – диалог; презентация.	Ноутбук

Апрель

1.	«Завтрак. Изделия из яиц и творога. Горячие напитки чай, кофе».	-Познакомить детей с порядком сервировки стола к завтраку. Рассказать о производстве творога, его пользе для организма человека. Научить методике приготовления вареников и сырников. Приготовление яиц	Практическая работа	Фартуки, колпаки, продукты, иллюстративный материал
----	---	---	---------------------	---

		<p>вкрутую и всмятку. Рассказать о видах чая и способах его заваривания, о видах кофе и способах его варки.</p>		
2.	«Я выбираю движение!»	<p>- Выявить у детей интересы к двигательной активности и реализовать их через систему оздоровительной работы; -развивать физические качества (силу, ловкость, выносливость) и физические способности (бег, прыжки, лазание); - приобщить воспитанников к традициям большого спорта.</p>	Спортивный праздник.	<p>Свисток, стойки (флажки или кегли), мячи, обручи, мешки с песком, скакалки; грамоты участникам; призы победителям</p>
3.	«Богатыри Земли русской».	<p>- Развить представления о былинных героях – Илье Муромце, Добрыне Никитиче и Алеше Поповиче и др.; -рассмотреть былины в широком культурологическом пространстве: связях данного жанра устного народного творчества с мифами, воплощением былинных мотивов в музыке,</p>	Презентация	<p>Ноутбук; выставка книг устного народного творчества</p>

		изобразительном искусстве, литературе		
4.	«Моё здоровье в моих руках» «Я и здоровый образ жизни».	-закрепить представление о влиянии полезных и вредных привычек на здоровье, воспитание ответственности и бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей;	Сочинения	Листы бумаги, ручки, карандаши

Май

1.	«Первые блюда. Изделия из круп»	-Дать сведения о первых блюдах и значении их для организма человека, о гарнирах- кашах рассыпчатых. Научить пользоваться мерным стаканчиком при приготовлении каши. (Техника безопасности)	Практическая работа; экскурсия на пищеблок	Фартуки, колпаки, различные виды круп: гречка, рис, овсянка, пшено; мерный стаканчик
2.	«Ядовитые растения. Отравление ядовитыми грибами»	-Познакомить с многообразием ядовитых растений и грибов, внешний вид, признаки отравления, первая помощь. Правила поведения в лесу.	Презентация	Ноутбук
3.	«День Победы»	- Приобщить юное поколение к	Круглый стол; экскурсия в	Иллюстративный материал о

		духовному наследию, богатствам отечественной культуры, как истоку, с которого начинается восхождение к высоким образцам российской и мировой культуры; -знакомство детей с пословицами о совести, о Родине, о дружбе.	Парк Победы; выставка	Великой Отечественной войне; пионерах-героях; земляках Тамбовщины
--	--	--	--------------------------	---