

Рассмотрено на заседании
Методического совета
ГБОУ школы-интерната №3
г.о.Тольятти
протокол № 1
от «7» 09 2016г

Утверждаю
Директор
ГБОУ школы-интерната №3
г.о.Тольятти
О.П.Степанова
«7» 09 2016 г



Программа дополнительного образования:
«Я в обществе».

Программу составила: Шевчук Е.С.

Тольятти

2016

Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования «Я в обществе» составлена с учетом всех особенностей познавательной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья и обеспечивает их подготовку к самостоятельной жизни. Направлена на формирование у них знаний и умений, способствующих социально-бытовой адаптации, на повышение общего уровня развития культуры поведения и отношений в семье.

В программу включены следующие разделы:

1. Личная гигиена;
2. Одежда и обувь;
3. «Праздничный стол»;
4. Культура общения;
5. Жилище;
6. Транспорт;
7. Семья и семейные отношения;
8. Медицинская помощь;

Изучение этих разделов позволяет практически знакомить учащихся с окружающим их социумом, формировать у них навыки самостоятельности в обслуживании себя и близких.

Программа построена принципу: опора на имеющиеся знания и умения и навыки, формирование на их базе новых, расширяя и углубляя изучаемые ранее темы. Содержание программного материала обусловлено реалиями жизни, окружающими

Конкретные задачи обучения учащихся специальных (коррекционных) школ VIII вида социально-бытовой ориентировке вытекают из **цели** - подготовке ребенка с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни (труду) и приспособление к жизни в условиях социальной среды.

Задачи состоят в следующем:

- овладение учащимися теоретическими знаниями, трудовыми умениями и навыками достаточными для самообслуживания, помощи семье, адаптации в современном обществе, ориентации в социуме и быту.

-

- развитие коммуникативной функции речи как неперенное условие социальной адаптации;

- формирование социально-нормативного поведения в семье и окружающей среде;

- обучение практическому применению знаний, полученных при изучении общеобразовательных дисциплин;

- воспитание положительного отношения к домашнему труду.

Формирование навыков, таких как правильное использование приспособлений, инвентаря, выполнение рабочих движений в определенной рабочей позе, быстро и качественно, происходит постепенно, в процессе многократных упражнений на протяжении всего периода обучения. Низкая степень самостоятельности учащихся при выполнении заданий является основным недостатком их трудовой деятельности. Умение ориентироваться в задании, планировать и контролировать свою работу не вырабатывается у детей с ограниченными возможностями здоровья автоматически и поэтому на занятиях

дополнительного образования его надо целенаправленно формировать. Это является важнейшей коррекционной задачей специального обучения.

Кроме того, данная категория обучающихся затрудняется представить конечный результат своей деятельности. Задача учителя - приучить ученика не начинать работу без конкретного представления продукта своей деятельности, например, посещение магазина с целью покупки обуви должно закончиться покупкой именно этого вида товара, а не какого-либо другого.

Развитие коммуникативных функций речи является неременным условием усвоения курса программы. На занятиях дополнительного образования учитель может успешно решать эту задачу в ролевых играх, словесных описаниях учениками бытовых сцен.

Одной из важнейших задач программы является коррекция и формирование социальных норм поведения. Задача формирования правильного поведения должна решаться в той или иной степени при изучении любой темы. Это может быть и культура взаимоотношений при выполнении бригадных работ, культура общения при совершении покупок, и культура речи в ходе телефонного разговора.

Уровни социально-бытовой подготовленности:

- самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;

- самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны;

- самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

Занятия проводятся в группах по 7-10 человек 2 раза в неделю по 2 часа.

**Тематическое планирование
по программе «Я в обществе»**

№ п/п	Содержание темы	Кол-во часов
1.	Введение.	1
2.	Личная гигиена.	7
2.1	Правила личной гигиены в течение дня	1
2.2	Упражнения для снятия зрительного напряжения	1
2.3	Гигиена тела (гигиенические средства: пена для ванны, соль, кремы, дезодорант и т.д.)	1
2.4	Макияж. Косметические средства. Соответствие макияжа ситуации.	1
2.5	Уход за волосами. Выбор прически с целью назначения средства для укладки волос (гель, пенка, лак).	1
2.6	Водные процедуры. Закаливание.	1
2.7	Природная косметика.	1
3.	Одежда и обувь.	6
3.1	Стиль, мода и коррекция фигуры с помощью одежды.	1
3.2	Одежда из меха и кожи. Повседневный уход.	1
3.3	Значение ухода за одеждой и обувью.	1
3.4	Твой гардероб, обувь и головные уборы.	1
3.5	Отличие домашней одежды и обуви от других видов.	1
3.6	Стирка и сушка одежды.	1
4.	Питание.	12
4.1	Названия и назначение предметов посуды	1
4.2.	Столовая посуда и ее назначение	1
4.3	Виды посуды	1
4.4	Правила пользования столовой посудой и столовыми приборами	1
4.5	Посуда для сервировки стола	1
4.6	Посуда для сервировки чая	1
4.7	Уход за посудой и ее хранение	1
4.8	Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни и работе на кухне	1
4.9	Моющие и чистящие средства	1
4.10	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	1
4.11	Консервирование.	1
4.12	Виды праздничного стола: традиционный, фуршет.	1
5.	Культура общения.	7
5.1	Понятие общения. Вербальное, невербальное общение	1
5.2	Правила этикета – приглашение и прием гостей.	2
5.3	Ролевая игра «Ты идешь в гости».	1
5.4	Правило этикета – поведение в гостях.	2
5.5	Поведение девушки по отношению к юноше.	1
6.	Жилище.	7
6.1	Вредные насекомые (тараканы, муравьи, мухи). Борьба с ними и	1

	меры безопасности.	
6.2	Еженедельная уборка всей квартиры. Последовательность уборки.	1
6.3	Инвентарь и приспособления для уборки. Уход за инвентарем и его хранение	1
6.4	Проветривание помещения	1
6.5	Застилание постельного белья	1
6.6	Оформление жилища к новомуднему празднику или к торжеству. Традиции, новогодняя символика.	2
7.	Семья и семейные отношения.	7
7.1	Состав семьи. Отношение между членами семьи. Помощь младшим членам семьи и старикам.	1
7.2	Основы семейного взаимоотношений. Твоя будущая семья.	2
7.3	Образ жизни будущей мамы. Подготовка необходимых вещей для ребенка. Уход за грудным ребенком.	2
7.4	Семейное законодательство: права и обязанности родителей. Льготы молодым семьям: оплата отпуска по беременности и родам, пособие единовременное и ежемесячное.	2
8.	Транспорт.	2
8.1	Автовокзал. Ориентировка в расписании рейсовых автобусов. Порядок приобретения билета. Багажное отделение автобуса. Культура общения пассажиров (ролевая игра).	2
9.	Медицинская помощь.	3
9.1	Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактика заболевания с помощью народных средств.	1
9.2	Уход за больным.	1
9.3	Доврачебная помощь при сердечном приступе.	1
10.	Итоговое занятие.	1
	Итого	53

Основные требования к знаниям и умениям учащихся.

№ п/п	Обобщенные учебные элементы	Уровень усвоения
1.	Введение.	2
	Значение и содержание программы дополнительного образования.	
2.	Личная гигиена.	2
	- Повторение материала по личной гигиене: уход за кожей лица, тела, ног, за волосами, за ногтями. Маникюр. Прически. - Макияж. Косметические средства для выполнения макияжа. Соответствие макияжа ситуации. Удаление макияжа. - Водные процедуры (утренний душ, вечерняя ванна). Уход за руками при работе в саду, огороде. Использование подручных средств и остатков продуктов (белка яиц, кожицы свежего огурца, растительного масла и т.п.) при уходе за кожей лица, ног, тела, за волосами. Использование косметики в зимнее время. - Закаливание.	

Знать		Уметь
- косметические средства для макияжа; - различие воздействие душа и ванны на организм человека; - правила и приемы защиты кожи рук от воздействия воды в условиях улицы; - положительные и отрицательные воздействия косметических средств на кожу лица в зимнее время; - правила пользования общественным туалетом; - последовательность закаливания организма через водные процедуры.		- выполнять несложный макияж и удалять его с помощью косметических средств; - выбирать способ защиты рук при работе в саду и огороде в зависимости от ситуации; - выбирать и правильно применять в качестве косметических средств продукты питания; - оберегать кожу лица и рук от обморожения, планировать и проводить закаливающие процедуры; - пользоваться общественным туалетом.
3.	Одежда и обувь.	2
	- Виды меховой одежды. Уход за меховой одеждой. Одежда из кожи. Уход за ней. - Мода, стиль, назначение одежды. Как показать достоинство фигуры и скрыть ее недостатки. Выбор одежды и обуви при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба. - Значение одежды в жизни человека. - Размер одежды и обуви. Покупка одежды и обуви. Примерка при покупке. Сезонная одежда. - Стирка белья.	
Знать		Уметь
- способы ухода за меховой и кожаной одеждой; - правила подбора одежды и обуви; - правила определения размера, роста одежды и размеры обуви; - правила примерки одежды и обуви в магазине; - сезонные виды одежды и обуви; - приемы стирки белья.		- ухаживать за меховой и кожаной одеждой; - выбирать одежду и обувь при покупке в зависимости от уже имеющегося гардероба; - определять свой размер одежды и обуви; - соотносить свой размер с маркировкой на одежде и обуви; - получать необходимую информацию от продавца о наличии необходимого размера обуви, роста и размера одежды; - выбирать одежду и обувь в зависимости от назначения; - составлять гардероб домашней одежды и обуви; - стирать белье.
4.	Питание.	2
	- Вторые блюда (котлеты, жаркое) и соответствующий гарнир к ним. - Выпечка (булочки, кекс, печенье, вафли). - Приспособления для закатывания консервов. Правила консервирования фруктов (компот). - Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. - Правила безопасной работы на кухне.	

Знать		Уметь
- рецепты и способы приготовления вторых блюд и гарнира к ним; - рецепты и способы выпекания булочек, кексов, печенья, вафель; - правила консервирования фруктов; - санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи; - Правила безопасной работы на кухне.		- готовить вторые блюда; - выпекать булочки, кексы, печенье, вафли; - консервировать фрукты.
5.	Культура общения.	2
	- Приглашение гостей. Подготовка к приему гостей: угощение, развлекающие веселые игры, танцы, конкурсы. Встреча гостей. Правила приема гостей. Проводы гостей. Уборка квартиры после приема. - Ты идешь в гости. Подготовка: выбор праздничной одежды, приобретение небольшого сувенира, выбор и покупка подарка. Правила поведения в гостях. - Поведение девушки по отношению к юноше. Правила общения девушек и юношей, предупреждение сексуальное насилие.	
Знать		Уметь
- правила приема гостей и поведения в гостях; - правила общения девушек и юношей, предупреждение сексуальное насилие.		- выполнять правила приема гостей и поведения в гостях; - соблюдать правила культурного общения.
6.	Жилище.	2
	- Борьба с вредными насекомыми. Средства борьбы с вредными насекомыми, меры безопасности при их использовании. - Ежедневная уборка квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная. Последовательность уборки. Моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме. - Оформление жилища к праздникам Нового года, торжествам.	
Знать		Уметь
- средства и способы борьбы с вредными насекомыми; - последовательность еженедельной уборки квартиры в полном объеме: прихожая, жилые комнаты, кухня, санузел, ванная; - моющие средства, используемые при уборке квартиры в полном объеме; - новогоднюю символику и традиции.		- производить еженедельную уборку квартиры в полном объеме; - пользоваться моющими средствами при уборке квартиры; - покупать предметы оформления жилья к различным праздникам.
7.	Семья и семейные отношения.	2
	- Состав семьи. Отношение между членами семьи. Помощь	

	младшим членам семьи. - Основы семейных взаимоотношений, семейные традиции, распределение и выполнение домашних обязанностей, организация досуга и отдыха в семье. - Семейная ситуация в семье учащегося. Представления учащихся об их будущих семьях. - В семье ждут ребенка: полноценное питание и здоровый образ жизни будущей мамы, спокойная семейная атмосфера – залог здоровья ребенка. - Приготовление необходимых вещей для младенца. Уход за грудным ребенком. - Семейное законодательство: права и обязанности родителей в соответствии с законом. Льготы молодым семьям. Трудовое законодательство для родителей.	
Знать		Уметь
- состав семьи, обязанности ее членов; - основы семейных взаимоотношений; - список необходимых вещей для младенца; - правила ухода за грудным ребенком; - отдельные статьи семейного, жилищного, трудового, пенсионного законодательства; - порядок составления заявлений, обращений в органы социальной защиты, опеки, ЗАГСа.		- помогать ухаживать за младшими; - выполнять уход за грудным ребенком; - составлять заявления по образцу учреждения.
8.	Транспорт.	2
	- Междугородный автотранспорт. Автовокзал. Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билета. Стоимость проезда. Багажное отделение в автобусе. Культура общения пассажиров.	
Знать		Уметь
- порядок приобретения билета на автовокзале.		- ориентироваться в расписании отправления рейсовых автобусов; - производить покупку билета на междугородный автобус.
9.	Медицинская помощь.	2
	- Инфекционные заболевания (грипп, ветряная оспа, желудочно-кишечные инфекции, корь и т.п.). Причины возникновения инфекционных заболеваний. Профилактические меры. Понятие об иммунитете. Значение прививок. Уход за больным инфекционным заболеванием дома, меры предосторожности. Значение дезинфекции помещения, в котором находился больной. Методы санобработки квартиры. - Первая доврачебная помощь при сердечном приступе.	
Знать		Уметь
- причины возникновения инфекционных заболеваний; - профилактические меры;		- ухаживать за больными в домашних условиях; - производить санобработку помещения;

- значение прививок; - методы санобработки квартиры; - симптомы сердечного приступа и других заболеваний у близких; - порядок вызова машины «Скорой помощи», условия передачи информации по телефону; - приемы ухода за больным в домашних условиях.	- сообщить четкую информацию по телефону, задав вопросы о дальнейших действиях до приезда машины «Скорой помощи».
--	---

Литература

1. Диагностика и формирование навыков самообслуживания, хозяйственно-бытового и ручного труда у умственно ограниченных детей: Методические материалы в помощь педагогам специальных учреждений и родителям. Минск, 2007.
2. Малер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. М., 2000.
3. Петров В.Г., Белякова И.В. Психология умственно отсталых школьников. М., 2002.
4. Психологические проблемы коррекционной работы во вспомогательной школе /Под ред. Ж.И. Шиф, В.Г. Петровой, Т.Н. Головиной. М., 1980.
5. Смирнова А.Н. Коррекционно-воспитательная работа учителя вспомогательной школы: Пособие для учителей и воспитателей. Из опыта работы. 3-е изд., перераб. М., 2002.