

МБОУ СОШ № 4 ст. Зольской

РАССМОТРЕНО:

На педагогическом совете
Протокол № от 30.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

Управляющий Совет
МБОУ СОШ № 4 ст. Зольской
Протокол № от 30.08.2024 г.

Утверждена
приказом
Директора МБОУ
СОШ № 4
ст. Зольской
№ от 02.09.2024 г.



Совет родителей МБОУ СОШ
№4 ст. Зольской
Протокол № от 30.08.2024г.

СОГЛАСОВАНО:

Совет обучающихся
МБОУ СОШ № 4 ст. Зольской
Протокол № от 30.08.2024 г

**Адаптированная программа внеурочной деятельности
«Социально-бытовая ориентировка»
(социально-гуманитарное направление)**

**Курс
«Социально-бытовая ориентировка»**

Возраст обучающихся – 12-14 лет.
Срок реализации – 1 год.
Программа разработана в 2024г.

Учитель русского языка и
литературы
Новак Ирина Юрьевна

ст. Зольская.
2024 г.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

1. Формирование личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость.
2. Воспитание элементов трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию и использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил техники безопасности.
3. Формирование ценности здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.
5. Развитие художественного вкуса, обоняния, осязания, ловкости, скорости, пространственной ориентировки.
6. Развитие всех познавательных процессов (память, мышление, внимание, воображение, речь).

Метапредметными результатами изучения курса являются:

- В результате выполнения под руководством учителя индивидуальных и групповых работ, закладываются основы таких социально-ценных личностных и нравственных качеств, как трудолюбие, организованность, добросовестное и ответственное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию;
- Владение начальными формами познавательных универсальных учебных действий — исследовательскими и логическими: наблюдения, сравнения, анализа, классификации, обобщения;
- Получение первоначального опыта организации самостоятельной практической деятельности на основе сформированных регулятивных универсальных учебных действий: целеполагания и планирования предстоящего практического действия, прогнозирования, отбора оптимальных способов деятельности, осуществления контроля и коррекции результатов действий;
- Научиться искать, отбирать, преобразовывать необходимую печатную и электронную информацию.

Предметные результаты:

1. Обучающиеся должны знать:

- Способы выбора и хранения доброкачественной продукции, способы приготовления каши, картофеля, макарон, заваривать чай и варить яйца
- Правила закаливания организма, приёмы обтирания рук и ног, о вреде наркотиков и токсических веществ
- Санитарно-гигиенические требования и правила безопасной работы колющими и режущими инструментами, электроприборами, правила стирки изделий из хлопчатобумажной ткани
- Место работы, должность членов семьи, как распределены хозяйственно – бытовые обязанности между членами семьи, свои права и обязанности в семье
- Правила поведения в культурно - досуговых учреждениях, способы ведения разговоров со старшими и сверстниками
- Гигиенические требования к жилому помещению, правила и последовательность проведения влажной и сухой уборки, использование в уборке пылесоса, способы ухода за мебелью и полом, в зависимости от покрытия
- Виды междугороднего транспорта, стоимость проезда, порядок приобретения билета
- Виды магазинов промышленных товаров, виды специализированных магазинов, правила поведения в магазине и общения с работниками магазинов.
- Перечень предметов, посылаемых посылкой, бандеролью, виды писем, бандеролей, посылок, правила поведения на почте
- Меры по предупреждению переломов, виды доврачебной помощи, правила оказания первой помощи при ушибах и растяжениях
- Виды детских учреждений и их назначение, адрес дома детского творчества

2. Обучающиеся должны уметь:

Пользоваться нагревательными приборами, строго соблюдая технику безопасности, нарезать хлеб, сырые и вареные овощи
 Закалять свой организм, соблюдать правила личной гигиены, отказаться от соблазна наркотических и токсических веществ
 Пришивать пуговицы, крючки, петли, вешалки
 Зашивать одежду по распоровшемуся шву, подбирать моющие средства для стирки одежды из хлопчатобумажной ткани
 Рассказать о месте работы родителей, занимаемой ими должности, выполнять определенные обязанности в семье
 Культурно вести себя в театре, кино, библиотеке, тактично и вежливо вести себя при разговоре со сверстниками и старшими людьми
 Производить сухую и влажную уборку помещения, чистить с помощью пылесоса, ухаживать за мебелью и полом
 Выбирать наиболее рациональные маршруты при передвижении по городу, ориентироваться в расписании пригородных поездов
 Выбирать нужный товар, выяснять срок годности, оплачивать и соблюдать правила поведения в магазинах города
 Заполнять бланки на отправку бандероли и посылки, составлять опись вложенных вещей, упаковывать бандероль и посылку
 Использовать лекарственные растения при оказании первой помощи, готовить настои и отвары, обрабатывать раны и накладывать повязки

№ п/п	Наименование разделов и тем.	Всего часов
1	Личная гигиена	2
2	Одежда	2
3	Питание	8
4	Семья	3
5	Культура поведения	3
6	Жилище	2
7	Транспорт	2
8	Торговля	3
9	Средства связи	4
10	Медицинская помощь	3
11	Учреждения, организации и предприятия	4
	Всего:	36

Содержание учебного предмета

п/п	Содержательные линии	Кол-во часов	Коррекционно-развивающие задачи	Планируемые предметные результаты		Формы контроля
				Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1	2	3	4	5	6	7
1.	«Личная гигиена»	2ч	Развивать умение связно и развернуто излагать факты.	Правила и приемы ухода за кожей лица с использованием средств косметики. Значение здоровья для жизни и деятельности человека.	Правила ухода за кожей лица. Использование масок для кожи лица.	Тестовый контроль Зачет
2.	«Одежда и обувь»	2ч	Развитие долговременной памяти. Определение и различие шерстяных и синтетических тканей. Безопасность в использовании стирального порошка.	Уход за одеждой из шерстяных и синтетических тканей (стирка, глажение).	Услуги химчистки, правила пользования услугами.	Индивидуальное письменное задание
3.	«Питание»	8 ч	Развитие навыков самостоятельной работы.	Виды теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов, подбор продуктов.	Приготовление изделия из теста, овощного салата. Нарезка зелени и фруктов для сушки.	Творческая работа Тестовый контроль
4.	«Семья»	2 ч	Способствовать развитию памяти, восприятия, внимания в процессе с дополнительной литературой.	Уход за грудным ребенком. Правила кормления, купания, одевания, содержания посуды, игрушек.	Санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек.	Зачет

5.	«Культура поведения»	3 ч	Развитие познавательных способностей на основе различных источников.	Культура общения юноши и девушки. Правила поведения при знакомстве в общественных местах и дома.	Требования к внешнему виду молодых людей.	Тестовый контроль Зачет
6.	«Жилище»	2ч	Развивать память, умение анализировать, обобщать, делать логические выводы.	Уборка кухни, санузла, ванны, правила и периодичность. Моющие средства, используемые при уборке.	Санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла. Печатные инструкции к моющим средствам.	Творческая работа Зачет Тестовый контроль
7.	«Транспорт»	2ч	Способствовать развитию логического мышления в поведении на улице.	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Расписание автобусов. Правила приобретения билетов. Правила безопасной поездки на автобусном транспорте.	Водный транспорт, маршруты, порядок приобретения билетов.	Зачет
8.	«Торговля»	3 ч	Закреплять навыки составления полных и развернутых ответов.	Рынки. Виды рынков. Правила поведения на рынке. Выбор продукции в соответствии с её качеством.	Сравнение рыночных цен и магазинных. Права покупателя на рынке.	Индивидуальное письменное задание Тестовый контроль
9.	«Средства связи»	3 ч	Воспитание культуры разговора по телефону.	Виды телефонной связи. Культура разговора по телефону. Служба срочных вызовов.	Междугородняя телефонная связь. Оплата за телефон.	Практическая работа

10.	«Медицинская помощь»	3 ч	Развивать познавательные способности в процессе работы с дополнительной литературой.	Первая помощь при несчастном случае (ожоге, обморожении), первая помощь утопающему.	Первая помощь при отравлении, солнечном ударе. Меры по предупреждению	Зачет
11.	«Учреждения, организации, предприятия»	1 ч	Отработка причинно-следственных связей, развитие логики, коррекционно-разговорной речи.	Департамент, муниципалитет, полиция, их назначение	Пенсионный фонд, службы соцобеспечения,	Тестовый контроль Зачет
12.	«Экономика домашнего хозяйства»	3 ч	Развитие познавательных процессов, способности к установлению причинно-следственных связей.	Бюджет семьи. Виды источников доходов. Основные статьи расходов в семье.	Правила экономии, виды и цели сбережений.	Зачет

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержательные линии	Кол-во часов	Планируемые предметные результаты		Коррекционно-развивающие задачи	Формы контроля	Дата проведения
			Знать	Уметь			
1	2	3	4	5	6	7	8
	«Личная гигиена»	2	правила ухода за кожей лица; приемы нанесения косметических средств на лицо, шею.	правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног. использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам. в меру	Развивать умение связно и развернуто излагать факты.	Текущий контроль	
	«Одежда и обувь»	3	правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей; правила и последовательность глажения изделий; виды предприятий по химической чистке одежды, их назначение;	стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей; гладить блузки, рубашки, платья.	Развитие долговременной памяти. Определение различных шерстяных тканей. Безопасность в использовании стирального порошка.	Ответы на вопросы	
	«Питание»	10	виды теста; способы приготовления изделий из теста; способы заготовки продуктов впрок из овощей, фруктов, ягод, зелени.	приготовить пресное тесто и изделия из него - лапшу, печенье; нашинковать морковь, петрушку, сельдерей, укроп; записать рецепт соления, варенья, консервирования.	Развитие навыков самостоятельной работы.	Тестовый контроль знаний учащихся	

	«Семья»	2	правила ухода за грудным ребенком: правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания; правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;	купать, одевать, пеленать куклу; кормить куклу из соски и с ложечки; содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.	Способствовать развитию памяти, восприятия, внимания в процессе с дополнительной литературой.	Контроль действий учащихся	
	«Культура поведения»	2	правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах и дома, требования к внешнему виду молодых людей.	культурно и вежливо вести себя при знакомстве в кино, на танцах и т.д.), дома; выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения	Развитие познавательных способностей на основе различных источников.	Итоговый контроль	
	«Жилище»	2	правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны; моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;	мыть кафельные стены, чистить раковины; пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни санузла, ванны.	Развивать память, умение анализировать, обобщать, делать логические выводы.	Взаимопроверка	
	«Транспорт»	2	основные автобусные маршруты; основные маршруты водного транспорта; правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта	пользоваться расписанием; определять стоимость проезда; покупать билет; выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта	Способствовать развитию логического мышления в поведении на улице	Тренинг Опрос учащихся	

	«Торговля»	3	рынок, его виды, отличие его от магазинов; правила поведения на рынке; права покупателя на рынке; цены на основные овощи	выбрать месторасположения нужных товаров; выбрать продукцию в соответствии с её качеством (внешний вид, вкус и др.) количества,	Закреплять навыки составления полных и развернутых ответов.	Индивидуальное письменное задание Тестовый контроль	
	«Средства связи»	3	виды телефонной связи; правила пользования ими, телефонным справочником; номера срочных вызовов пожарной службы, милиции, скорой помощи, службы газа; правила культурного краткого разговора.	кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова; узнать время; культурно разговаривать по телефону.	Воспитание культуры разговора по телефону	Тренинг, фронтальный опрос	
	«Медицинская помощь»	3	меры по предупреждению несчастных случаев в быту; правила и приемы оказания первой помощи при несчастных случаях; приемы оказания помощи спасенному из водоема.	оказать первую помощь при ожоге, обморожении; оказать первую помощь утопающему.	Развивать познавательные способности в процессе работы с дополнительной литературой	Проверка самостоятельной работы. Тренинг	
	«Учреждения, организации, предприятия»	1	куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи; адрес местной префектуры;		Отработка причинно-следственных связей, развитие логики, коррекционно-разговорной речи	Контроль качества знаний учащихся	
	«Экономика домашнего хозяйства»	2	Семейный бюджет на неделю, на месяц.		Воспитание бережного отношения к бюджету семьи	Индивидуальный опрос	

	«Повторительно- обобщающий урок»	2	Обобщение полученных знаний.			КСМ	
ИТОГО:		36					