

Администрация муниципального образования городского округа «Воркута»

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Начальная школа – детский сад № 1» г. Воркуты**

«Ичӧт школа-челядьӧс 1 №-а видзанін» Воркута карса

муниципальной велӧдан учреждение

**РАССМОТРЕНА**

школьным методическим объединением

учителей начальных классов

Протокол №1

от 30.08.2018 г. №1

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора МБОУ

«Начальная школа – детский сад № 1»

г. Воркуты

от 31.08.2018 г. № 434/01-12

**Рабочая программа курса коррекционной внеурочной деятельности**

**«Социально-бытовая ориентировка»**

социальное направление развития личности

начальное общее образование, 1-4 класс

срок реализации: 4 год(а)

Программа курса внеурочной деятельности составлена  
в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом  
начального общего образования  
(в действующей редакции)

Составитель программы:

учитель Озарко Г.В.

г. Воркута

2018 г.

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Социально-бытовая ориентировка» составлена:

### **в соответствии:**

- с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (в действующей редакции)

### **на основе:**

- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Начальная школа-детский сад №1» г.Воркуты, адаптированной общеобразовательной программы образования МБОУ «Начальная школа-детский сад №1» г.Воркуты

### **с учетом:**

- Примерной основной образовательной программы начального общего образования от 08.04.2015г № 1/15 (в действующей редакции),

- Программы «Социально-бытовая ориентировка» для специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для слабовидящих детей) » автор Л.И.Плаксина, 1999г.

Программа предусматривает межпредметные связи с учебным предметом «Технология», «Окружающий мир».

Для младших школьников с нарушениями зрения **характерны:**

- низкая самооценка, связанная со своим внешним видом, необходимостью носить очки или видом глаз;
- затрудненное восприятие всего нового, так как требуется больше времени на обследование нового объекта;
- боязнь новых контактов, повышенная тревожность;
- возможные психические нарушения.

**Актуальность выбора программы** определена следующими факторами:

1. Объективным основанием для разработки программы является то, что учреждение посещают дети с нарушением зрения, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ общего образования вне специальных условий обучения и воспитания;
2. Общими особенностями слабовидящих детей являются трудности в социализации.

**Отличительными особенностями являются:**

1. Направленность программы на формирование у детей с нарушением зрения социально-адаптивных форм общения и поведения, интеграции ребенка в социуме.

2. В программе используются технологии направленные на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации.

**Цель** данного курса: облегчение социально-психологической адаптации слабовидящих обучающихся к современным условиям жизни.

Основными **задачами** освоения программы являются:

- помочь детям овладеть умениями и навыками гигиены и охраны зрения и осязания, ухода за кожей, сохранения и укрепления своего здоровья;
- знакомить детей с основными продуктами питания, способами приготовления и хранения пищи, сервировки стола;
- совершенствовать навыки самообслуживания;
- формировать у детей умения и навыки пользования средствами связи, транспортом, магазинами, медицинской помощью.

Программа рассчитана на четыре года обучения. На реализацию курса отводится 135 часов: 1 час в неделю (1 класс – 33 часа в год, 2 класс – 34 часа в год, 3 класс – 34 часа в год, 4 класс – 34 часа в год).

Возраст обучающихся 7 – 10 лет.

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»**

<b>Первый уровень</b>	<b>Второй уровень</b>	<b>Третий уровень</b>
Приобретение школьниками социальных знаний и представлений: о способах и умениях не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; о самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Получение школьниками опыта позитивного отношения к базовым ценностям общества: - этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия: культурного поведения, навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.

### **Личностные результаты:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

### **Предметные результаты изучения курса.**

#### **учащиеся должны:**

- знать значение выполнения санитарно-гигиенических правил;
- знать комплексы упражнений для глаз;
- знать санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при приготовлении пищи;
- знать правила проезда в транспорте, примерную стоимость билета до разных пунктов следования;

- знать стоимость отдельных товаров, порядок их покупки;
- знать виды посылок, предельный вес, порядок их отправления;
- знать лечебно-профилактическую и лечебно-восстановительную работу;
- знать правила поведения с товарищами;
- уметь соблюдать порядок на рабочем месте и в учебных пособиях;
- уметь пользоваться оптическими средствами коррекции;
- уметь готовить овощные блюда, сервировать стол, пользоваться столовыми приборами;
- уметь выполнять различные виды труда в семье, быть чуткими, внимательными к окружающим;
- уметь вести себя в обществе, владеть культурой речи;
- уметь одеваться красиво и аккуратно, соблюдать личную и общественную гигиену;
- уметь чувствовать красоту родной природы;
- уметь ухаживать за мебелью и окнами, работать с пылесосом, чистить ковры;
- уметь покупать мелкие товары;
- уметь отправлять посылки, заполнять бланки отправлений;
- уметь выполнять рекомендации врача-офтальмолога;
- уметь ухаживать за оптическими приборами;
- владеть гимнастикой для глаз с целью снятия напряжения и утомления.

**Метапредметные результаты**, включающие освоенные обучающимися с ОВЗ и инвалидностью универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- 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;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### «СОЦИАЛЬНО-БЫТОВАЯ ОРИЕНТИРОВКА»

#### 1-й класс (33 часа)

№ п.п.	Раздел, количество часов и содержание раздела	Формы организации занятий	Виды деятельности учащихся
1	<p style="text-align: center;"><b>Личная гигиена (4 часа)</b></p> <p>Правила ухода за ногтями и кожей рук.  Правила закаливания организма, правила обтирания.  Виды спорта, рекомендуемые врачом-офтальмологом.  <b>Практическое занятие:</b> проведение занятий по обучению детей уходу за телом, выполнение процедур закаливания и др.</p>	<p>Беседы.  Просмотр и обсуждение видеофильмов.  Встреча с врачом-офтальмологом.  Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.  спортивно-оздоровительная деятельность</p>

2	<p align="center"><b>Одежда и обувь(5 часов)</b></p> <p>Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды.</p> <p>Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и шелковых изделий.</p> <p>Сушка, глажение небольших вещей. Складывание чистого белья.</p> <p>Уход за обувью различного вида и головными уборами.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> пришивание пуговиц, петель, вешалок на одежду.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеофильмов.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность</p>
3	<p align="center"><b>Питание (6 часов)</b></p> <p>Основные продукты питания (хлеб, масло, мясо, овощи, фрукты и др.). Разнообразие продуктов, назначение, их значение в жизни человека.</p> <p>Витамины.</p> <p>Приготовление пищи. Приготовление простых и комбинированных бутербродов, заваривание чая, отваривание яиц.</p> <p>Сервировка стола к завтраку.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> сервировка стола.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеофильмов, мультфильмов.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
4	<p align="center"><b>Семья (4 часа)</b></p> <p>Понятие о семье, состав семьи, знание состава своей семьи, имен и отчеств родителей, близких родственников, их возраст.</p> <p>Знание правил поведения в семье (тактичное и уважительное отношение к старшим, оказание помощи), распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> игры-драматизации по выполнению различных обязанностей, традиций, праздников в семье (день рождения, юбилей бабушки, дедушки и др.).</p>	<p>Беседы.</p> <p>Встречи с семьями.</p> <p>Игры-драматизации.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p> <p>Досугово - развлекательная деятельность.</p>
5	<p align="center"><b>Культура поведения (5 часов)</b></p> <p>Правильная осанка (сдержанная поза при стоянии, сиде-</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр мультфильмов.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p>

	<p>нии), красота походки, умеренность жестикуляции.</p> <p>Правила поведения при встрече и расставании со сверстниками, девочками, взрослыми (знакомыми и незнакомыми в различных ситуациях). Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому человеку. Тактичность и вежливость при разговоре со старшими и сверстниками.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> посещение кабинета директора, врача, медсестры и отработка норм поведения.</p>	<p>тфильмов. Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Посещение кабинета директора, врача, медсестры и отработка норм поведения.</p>	<p>ность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
6	<p align="center"><b>Жилище (4 часа)</b></p> <p>Виды жилых помещений в городе и деревне.</p> <p>Жилой дом, квартира, комната, общежитие, гостиница, интернат. Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления, освещения, обстановки в них.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> посещение различных помещений школы, знакомство с их назначением, интерьером.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Рассматривание картин.</p> <p>Игры.</p> <p>Экскурсия по помещениям школы.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p>
7	<p align="center"><b>Транспорт (3 часа)</b></p> <p>Виды транспорта. Поведение в транспорте, на улице. Правила уличного движения. Наиболее рациональный маршрут до школы, варианты проезда разными видами транспорта, время, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут.</p> <p>Правила посадки в транспорт, покупки билета, поведения в салоне, при выходе на улицу, правила перехода улицы при наличии светофора и без него.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> экскурсии по улицам вокруг школы, поездка в школьном автобусе.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Рассматривание картин.</p> <p>Просмотр видеофильмов.</p> <p>Игры.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Экскурсия по улицам города .</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
8	<p align="center"><b>Торговля (2 часа)</b></p> <p>Магазины продовольственные, промтоварные, универмаги, специализированные. Их назначение.</p> <p>Порядок приобретения товаров в магазинах самообслуживания.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр видеофильмов.</p> <p>Игры.</p> <p>Сюжетно-</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p>

		ролевые игры. Экскурсия в магазин.	
--	--	---------------------------------------	--

### 2-й класс (34 часа)

№ п.п.	Раздел, количество часов и содержание раздела	Формы организации занятий	Виды деятельности учащихся
1	<p align="center"><b>Личная гигиена (4 часа)</b></p> <p>Правила ухода за ногтями и кожей рук (стрижка ногтей, средства ухода за руками и способы их применения).</p> <p>Правила закаливания организма, правила обтирания. Виды спорта, рекомендуемые врачом-офтальмологом.</p> <p>Личная гигиена обучающихся во время физкультурных занятий, походов.</p> <p><i><b>Практическое занятие:</b></i> проведение занятий по обучению детей уходу за телом, выполнение процедур закаливания и др.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеофильмов.</p> <p>Встреча с медсестрой школы.</p> <p>Встреча с врачом-офтальмологом.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p>
2	<p align="center"><b>Одежда и обувь (5 часов)</b></p> <p>Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков).</p> <p>Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и шелковых изделий.</p> <p>Сушка, глажение небольших вещей (платков, воротничков, фартуков и др.). Складывание чистого белья.</p> <p>Уход за обувью различного вида и головными уборами.</p> <p><i><b>Практическое занятие:</b></i> пришивание пуговиц, петель, вешалок на школьную и домашнюю одежду, зашивание по распоротому шву. Стирка и утюжка изделий из цветной хлопчатобумажной и шелковой ткани. Пользование утюгом.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеофильмов.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Трудовая деятельность</p>
3	<p align="center"><b>Питание (4 часа)</b></p> <p>Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи (мытьё рук перед приготовлением пищи и перед</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение ви-</p>	<p>Познавательная деятельность.</p>

	<p>едой). Чистка и мытье посуды. Хранение пищи и продуктов питания.</p> <p>Знакомство с кухней. Соблюдение чистоты и порядка.</p> <p>Кухонная посуда.</p> <p>Офтальмологические условия при приготовлении пищи.</p> <p>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. <i>Практическое занятие:</i> оформление готовых блюд.</p>	<p>деофильмов, мультфильмов.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Экскурсия на школьную кухню.</p>	<p>Игровая деятельность</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
4	<p style="text-align: center;"><b>Семья (3 часа)</b></p> <p>Состав семьи. Имена отчества, возраст, место работы родителей, близких родственников, их возраст. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.)</p> <p>Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей.</p> <p><i>Практическое занятие:</i> игры-драматизации по общению и выполнению семейных бытовых обязанностей.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Встречи с семьями.</p> <p>Игры-драматизации.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p> <p>Досугово - развлекательная деятельность</p>
5	<p style="text-align: center;"><b>Культура поведения (6 часов)</b></p> <p>Закрепление правил поведения в общественных местах при посещении кинотеатра, клуба, музея, библиотеки.</p> <p>Закрепление правил поведения за столом во время еды в школьной столовой.</p> <p>Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе, залах музея, читальном зале.</p> <p>Соблюдение правил поведения за столом (правильная осанка, пользование столовыми приборами, салфеткой, красивый и аккуратный прием пищи).</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр мультфильмов. Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Экскурсия в кинотеатр</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>

	<i><b>Практическое занятие:</b></i> посещение кинотеатра «Каскад». Отработка поведения во время приема пищи.		
6	<p align="center"><b>Жилище (3 часа)</b></p> <p>Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью). Последовательность и объем сухой и влажной уборки классных комнат. Уход за цветами.</p> <p>Правила организации рабочего места слабовидящих школьников.</p> <p><i><b>Практические занятия:</b></i> участие в уборке помещений школы. Повседневные обязанности по уборке игровой, классной и других помещений</p>	<p>Беседы.</p> <p>Рассматривание картин.</p> <p>Игры.</p> <p>Уход за комнатными растениями.</p> <p>Участие в уборке помещений школы.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Трудовая деятельность</p>
7	<p align="center"><b>Транспорт (4 часа)</b></p> <p>Основные транспортные средства в городе. Междугородний транспорт. Размеры оплаты на всех видах городского транспорта, стоимость проездных билетов, порядок приобретения билетов.</p> <p>Составление наиболее рациональных маршрутов передвижения по городу.</p> <p>Знакомство с расписанием движения транспорта.</p> <p><i><b>Практическое занятие:</b></i> поездки в транспорте, самостоятельное обслуживание (покупка билетов, выяснение маршрута), поведение в транспорте.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Поиск расписания транспортных средств в Интернете.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
8	<p align="center"><b>Торговля (3 часа)</b></p> <p>Основные виды продовольственных специализированных магазинов.</p> <p>Знание видов и стоимости разных товаров, порядок приобретения товаров, умение обратиться к продавцу, кассиру.</p> <p><i><b>Практическое занятие:</b></i> покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Экскурсия в магазин.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
9	<p align="center"><b>Средства связи (2 часа)</b></p> <p>Знание основных средств связи (почта, телеграф, телефон,</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-</p>	<p>Познавательная дея-</p>

	<p>электронная почта, СМС- сообщения), видов и порядка почтовых отправлений, стоимости услуг. Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки). Умение найти индекс в справочнике, написать адрес на конверте.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> написание письма, поздравительных открыток. Посещение почты и отправление телеграмм, писем.</p>	<p>ролевые игры.</p> <p>Работа с электронной почтой.</p> <p>Практическая работа.</p> <p>Экскурсия на почту.</p>	<p>тельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
--	--	---	--

### 3-й класс (34 часа)

№ п.п.	Раздел, количество часов и содержание раздела	Формы организации занятий	Виды деятельности учащихся
1	<p style="text-align: center;"><b>Личная гигиена (4 часа)</b></p> <p>Оптические средства коррекции зрения. Соблюдение режима зрительной нагрузки (правильное сочетание умственной работы с практической деятельностью, занятиями физкультурой, спортом и отдыхом).</p> <p>Гигиенические требования к организации учебных занятий. Возможности ухудшения зрения.</p> <p>Охрана и развитие зрения. Значение правильного режима жизни, рационального питания для здоровья. Правила пользования ножницами, вилками, ножами, иголками, спичками.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> знакомство с кабинетом врача-офтальмолога. Пользование оптическими средствами коррекции зрения и уход за ними.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеofilmов.</p> <p>Встреча с врачом-офтальмологом.</p> <p>Составление режима дня.</p> <p>Подбор зрительных гимнастик в соответствии с диагнозом.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Экскурсия в кабинет врача-офтальмолога.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p>
2	<p style="text-align: center;"><b>Одежда (3 часа)</b></p> <p>Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей.</p> <p>Назначение прачечной, виды услуг, правила пользования, подготовка белья к стирке, пришивание меток, заполне-</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p>

	<p>ние бланков.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> сдача полотенец в прачечную и получение белья из прачечной.</p>		Трудовая деятельность
3	<p style="text-align: center;"><b>Питание (5 часов)</b></p> <p>Изготовление изделий из теста, оформление их.</p> <p>Знание способов консервирования овощей, последовательного приготовления консервов разными способами (квашение, соление).</p> <p>Умение составлять меню, учитывая рациональность питания и наличие продуктов. <b>Практическое занятие:</b> упражнения в составлении меню.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Составление меню.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
4	<p style="text-align: center;"><b>Семья (3 часа)</b></p> <p>Помощь родителям и воспитателям в школе в уходе за младшими школьниками.</p> <p>Помощь другим в самообслуживании, знание разнообразных игр, умение их проводить в группе, помощь в уборке игрушек, проведении прогулок.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> проведение с первоклассниками и дошкольниками игр, вечеров досуга, оказание им помощи во время выполнения бытовых обязанностей.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Акция «Помоги младшим!»</p> <p>Помощь в подготовке к новогодним утренникам</p>	<p>Социальное творчество.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
5	<p style="text-align: center;"><b>Культура поведения (6 часов)</b></p> <p>Развитие способности воспринимать, чувствовать красоту произведений искусства и окружающей жизни. Развитие художественного вкуса, умения сопереживать, делать добро, осуждать зло.</p> <p>Правила поведения во время экскурсий в лес.</p> <p>Умение заметить, осмыслить красоту форм и красок природы, поддержать беседу с товарищами, высказать свое мнение.</p> <p>Правила поведения в гостях - внимание, поведение при встрече и расставании, за столом.</p> <p>Правила вручения и приема подарков, требования, требования к выбору подарков, умение изготовить несложные подарки своими руками.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> организация и проведение дня</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Изготовление подарков друзьям.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Экскурсия в выставочный зал.</p> <p>Составление сценария дня рождения одноклассника.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p> <p>Художественное творчество</p>

	рождения товарищей, вручение изготовленных детьми подарков и т.д.		
6	<p align="center"><b>Жилище (3 часа)</b></p> <p>Объем и последовательность периодической и сезонной уборки. Санитарная уборка помещения.</p> <p>Уход за мебелью. Способы ухода за окнами, подбор моющих средств. Соблюдение офтальмогигиенических требований во время уборки.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> проведение сухой и влажной уборки классных комнат, чистка пылесосом мягкой мебели, мытье зеркал.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Уход за мебелью в школе.</p> <p>Генеральная уборка.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
7	<p align="center"><b>Транспорт (3 часа)</b></p> <p>Функции железнодорожного транспорта, метро. Назначение вокзалов, основные службы вокзалов.</p> <p>Умение пользоваться расписанием (определение номера поезда, времени отправления, прибытия).</p> <p>Знание видов пассажирских вагонов (общий, плацкартный, купейный, мягкий). Порядок приобретения билета (покупка в кассе, в интернете).</p> <p><b>Практическое занятие:</b> экскурсия на железнодорожный вокзал.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр видеofilмов.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Экскурсия на железнодорожный вокзал.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
8	<p align="center"><b>Торговля (2 часа)</b></p> <p>Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Правила поведения в магазине.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> экскурсия в промтоварный магазин и покупка товаров.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Экскурсия в магазин и покупка товаров.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
9	<p align="center"><b>Средства связи (2 часа)</b></p> <p>Отправление ценного письма. Ассортимент бандеролей, предельный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки, заполнение бланков.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> экскурсия на почту, отправка по</p>	<p>Беседа.</p> <p>Упаковка бандеролей. Заполнение бланков.</p> <p>Экскурсия на</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное</p>

	почте ценного письма.	почту, отправка по почте ценного письма.	общение.
10	<p align="center"><b>Медицинская помощь (3 часа)</b></p> <p>Набор домашней аптечки (перевязочные средства, дезинфицирующие средства, термометр, горчичники), ее назначение и правила применения. Вред самолечения. Местные лекарственные растения.</p> <p>Правила первой помощи: обработка раны и наложение повязки.</p> <p><i>Практическое занятие:</i> наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности.</p>	<p>Беседа.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>

#### 4-й класс (34 часа)

№ п.п.	Раздел, количество часов и содержание раздела	Формы организации занятий	Виды деятельности учащихся
1	<p align="center"><b>Личная гигиена (4 часа)</b></p> <p>Охрана здоровья и зрения. Порядок рабочего места и учебных пособий. Значение выполнения санитарно-гигиенических правил. Чтение книг. Физический труд.</p> <p>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). Недопустимое чтение старых книг с рваными пожелтевшими страницами.</p> <p>Бережное обращение к очкам. Гигиенические требования во время самообслуживания. Знание каждым учеником, каким физическим трудом и какими видами спорта он может заниматься, чтобы не причинить вред своему здоровью. Соблюдение чистоты помещения для охраны зрения.</p> <p><i>Практическое занятие:</i> посещение кабинета охраны</p>	<p>Беседы.</p> <p>Встреча с врачом-офтальмологом.</p> <p>Составление памяток работы с книгой, бережного отношения к очкам.</p> <p>Подбор упражнений для зрительной гимнастики в соответствии с диагнозом.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p>

	зрения. Овладение упражнениями. Уход за очками		
2	<p style="text-align: center;"><b>Питание (6 часов)</b></p> <p>Приготовление пищи. Закуски, блюда из овощей, сладкие блюда. Сковорода.</p> <p>Сервировка стола к обеду, ужину.</p> <p>Способы обработки овощных продуктов. Использование консервированных продуктов и полуфабрикатов. Оформление готовых блюд.</p> <p>Приготовление блюд в мультиварке, правила пользования ею.</p> <p>Соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил безопасности работы при приготовлении пищи. Правила сервировки стола к обеду, пользование столовыми приборами.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> знакомство с технологией обработки овощных продуктов и техникой безопасности, при использовании различных приборов: мясорубки, ножей, овощерезок и др. Сервировка стола ко Дню именинника.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеофильмов.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность</p>
3	<p style="text-align: center;"><b>Семья (3 часа)</b></p> <p>Организация семьи. Взаимопомощь, доброта, восприимчивость, честность, правдивость. Пример и авторитет отца и матери. Личные взаимоотношения с членами семьи.</p> <p>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 одежды и обуви).</p> <p><b>Практическое занятие:</b> помощь дошкольникам и первоклассникам в чистке одежды и обуви, подготовке ко сну.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Акция «Помоги младшим!»</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
4	<p style="text-align: center;"><b>Культура поведения (6 часов)</b></p> <p>Культура речи. Дела, поступки, контроль за своим поведением. Прочные, устойчивые навыки и привычки культурного поведения.</p> <p>Правила поведения с товарищами. Разговор со взрослыми, друзьями, умение поддержать беседу, выражать свои мысли ясно и точно.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра.</p> <p>Составление правил поведения с товарищами.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное</p>

	<p>Умение одеться просто, красиво и аккуратно. Строгое соблюдение личной и общественной гигиены.</p> <p>Красивая походка. Содержание в чистоте своего тела и одежды. Контроль за своим поведением.</p> <p>Умение чувствовать красоту родной природы, накопление жизненного опыта.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> организация и проведение игры: «День рождения бабушки (дедушки)».</p>	<p>Составление сценария проведения Дня рождения бабушки (дедушки).</p>	<p>общение.</p> <p>Досугово - развлекательная деятельность.</p>
5	<p align="center"><b>Жилище (2 часа)</b></p> <p>Уход за мебелью и окнами. Объем и последовательность ухода за мебелью (протираание мягкой сухой тряпкой деревянных частей мебели, чистка плюшевой обивки). Мытье стекол.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> работа с пылесосом. Чистка ковров, обивки мебели.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Практическая деятельность.</p> <p>Генеральная уборка в классе.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
6	<p align="center"><b>Одежда и обувь (2 часа)</b></p> <p>Уход за кожаными изделиями. Уход за костюмом, способы ухода за обувью. Уход за резиновой обувью.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> чистка одежды, обуви. Знакомство с чисткой пятен на одежде и практическое исполнение.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Составление правил ухода за одеждой. Практическая деятельность.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Трудовая деятельность.</p>
7	<p align="center"><b>Транспорт (3 часа)</b></p> <p>Дальнейшее изучение железнодорожного транспорта. Камера хранения багажа.</p> <p>Справочное бюро. Примерная стоимость проезда до разных пунктов следования. Зал ожидания.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> экскурсия на железнодорожный вокзал.</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Экскурсия на железнодорожный вокзал..</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
8	<p align="center"><b>Торговля (3 часа)</b></p> <p>Дальнейшее изучение специализированных промтоварных магазинов, их отделов.</p> <p>Стоимость отдельных товаров, порядок их покупки. Работа продавцов. Правила поведения в магазине.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> посещение магазина, покупка</p>	<p>Беседы.</p> <p>Сюжетно-ролевые игры.</p> <p>Посещение магазина, покупка мелких товаров</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Игровая деятельность.</p> <p>Проблемно-</p>

	мелких товаров (целлофановых пакетов, пуговиц, иголок, расчесок).		ценностное общение.
9	<p align="center"><b>Средства связи (2 часа)</b></p> <p>Виды посылок, предельный вес, упаковка, порядок их отправления, стоимость, заполнение бланков.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> Заполнение адреса на бланках отправлений.</p>	<p>Беседа.</p> <p>Упаковка посылок. Заполнение бланков.</p> <p>Экскурсия на почту, отправка по почте посылки.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>
10	<p align="center"><b>Медицинская помощь (3 часа)</b></p> <p>Лечебно-профилактическая и лечебно-восстановительная работа. Своевременное принятие лечебных процедур, выполнение рекомендаций врача офтальмолога.</p> <p>Знание оптических средств коррекции зрения. Работа сестры-ортоптистки. Соблюдение комплексного лечения, включающего оптимальную очковую коррекцию. Индивидуальный выбор средств и методов лечения.</p> <p><b>Практическое занятие:</b> посещение офтальмологического кабинета. Овладение приёмами лечения глаз с целью снятия напряжения и утомления. Уход за оптическими приборами.</p>	<p>Беседа.</p> <p>Посещение офтальмологического кабинета.</p> <p>Овладение приёмами лечения глаз с целью снятия напряжения и утомления.</p> <p>Уход за оптическими приборами.</p>	<p>Познавательная деятельность.</p> <p>Проблемно-ценностное общение.</p>

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс (33 часа)

№ занятия	Раздел	Тема урока	Кол-во часов
1.	<b>Личная гигиена (4 часа)</b>	Правила ухода за ногтями и кожей рук	1
2.		Правила закаливания организма, правила обтирания	1
3.		Виды спорта, рекомендованные врачом-офтальмологом.	1
4.		Практическое занятие. Проведение занятий по обуче-	1

		нию детей уходу за телом	
5.	<b>Одежда и обувь (5 часов)</b>	Правила применения мыла, стирального порошка. Стирка хлопчато-бумажных и шелковых изделий	1
6.		Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды	1
7.		Сушка, глажение небольших вещей. Складывание чистого белья	1
8.		Уход за различного вида обувью и головными уборами	1
9.		Практическое занятие. Пришивание пуговиц, вешалок	1
10.	<b>Питание (6 часов)</b>	Основные продукты питания. Разнообразие продуктов, назначение, их значение в жизни человека	1
11.		Витамины	1
12.		Приготовление пищи. Приготовление простых и комбинированных бутербродов, заваривания чая, отваривание яиц	1
13.		Сервировка стола к завтраку	1
14.		Сервировка стола к обеду	1
15.		Практическое занятие. Сервировка стола.	1
16.	<b>Семья (4 часа)</b>	Понятие о семье, состав семьи	1
17.		Знание состава своей семьи, имен и отчеств родителей, близких родственников, их возраст	1
18.		Знание правил поведения в семье, распределение хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи	1
19.		Практическое занятие. Игры-драматизации по выполнению различных обязанностей, традиций, праздников в семье	1
20.	<b>Культура поведения (5 часов)</b>	Правильная осанка, красота походки, умеренность жестикуляции	1
21.		Правила поведения при встрече и расставании со сверстниками, девочками, взрослыми (знакомыми и незнакомыми в различных ситуациях)	1
22.		Формы обращения с просьбой к сверстнику и взрослому человеку	1

23.		Тактичность и вежливость при разговоре со старшими и сверстниками	1
24.		Практическое занятие. Посещение кабинета директора, врача, медсестры и отработка норм поведения	1
25.	<b>Жилище (4 часа)</b>	Виды жилых помещений в городе и деревне	1
26.		Жилой дом, квартира, комната, общежитие, гостиница, интернат	1
27.		Варианты квартир и подсобных помещений, виды отопления, освещения, обстановки в них	1
28.		Практическое занятие. Посещение различных помещений школы, знакомство с их назначением, интерьером	1
29.	<b>Транспорт (3 часа)</b>	Виды транспорта. Поведение в транспорте, на улице. Правила уличного движения. Наиболее рациональный маршрут до школы, варианты проезда разными видами транспорта, время, затраченное на дорогу, пересадки, пешеходный маршрут	1
30.		Правила посадки в транспорт, покупки билета, поведения в салоне, при выходе на улицу, правила перехода улицы при наличии светофора и без него	1
31.		Практическое занятие. Экскурсии по улицам вокруг школы, поездка в школьном автобусе.	1
32.	<b>Торговля (2 часа)</b>	Виды магазинов, их назначение.	1
33.		Порядок приобретения товаров в магазинах самообслуживания	1

### 2 класс (34 часа)

№ занятия	Раздел	Тема урока	Кол-во часов
1	<b>Личная гигиена (4 часа)</b>	Правила ухода за ногтями и кожей рук (стрижка, средства ухода и способы их применения)	1
2		Правила закаливания организма, правила обтирания.	1

		Виды спорта, рекомендуемые врачом-офтальмологом.	
3		Личная гигиена обучающихся во время физических занятий, походов	1
4		Обучение детей уходу за телом	1
5	<b>Одежда и обувь (5 часов)</b>	Смена одежды и обуви по сезонам. Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петелек и крючков, зашивание по распоротому шву)	1
6		Правила применения мыла и стирального порошка. Стирка цветных хлопчатобумажных и шелковых изделий	1
7		Сушка и глажение небольших вещей. Складывание чистого белья	1
8		Уход за различными видами обуви	1
9		Уход за головными уборами	1
10	<b>Питание (4 часа)</b>	Чистка и мытье посуды. Хранение пищи и продуктов питания. Сервировка стола к обеду. Правила поведения за столом	1
11		Знакомство с кухней. Соблюдение чистоты и порядка. Кухонная посуда. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.	1
12		Офтальмологические условия при приготовлении пищи. Значение растительной пищи в питании человека. Последовательность в обработке овощей: сортировка, мытье, чистка, резка	1
13		Практическое занятие. Приготовление салатов и винегретов из сырых и отварных овощей. Оформление готовых блюд	1
14	<b>Семья (3 часа)</b>	Состав семьи. Имена, отчества, места работы родителей, близких родственников. Родственные отношения (мать, отец, брат, бабушка и др.)	1
15		Личные взаимоотношения в семье. Распределение хозяйственно-бытовых обязанностей	1
16		Практическое занятие. Игры-драматизации по общению и выполнению семейных и бытовых обязанно-	1

		стей	
17	<b>Культура поведения (6 часов)</b>	Закрепление правил поведения в общественных местах (клуб, кинотеатр, музей, библиотека)	1
18		Закрепление правил поведения за столом во время еды	1
19		Правильная осанка за столом, пользование столовыми приборами, красивый и аккуратный прием пищи	1
20		Правила поведения в зрительном зале, фойе, буфете, гардеробе	1
21		Правила поведения в залах музея, читальном зале	1
22		Практическое занятие. Посещение кинотеатра «Каскад»	1
23	<b>Жилище (3 часа)</b>	Санитарно-гигиенические требования к помещению (проветривание, поддержание необходимой температуры, освещенности, борьба с пылью). Последовательность и объем сухой и влажной уборки классной и игровых комнат.	1
24		Правила организации рабочего места слабовидящих школьников	1
25		Практическое занятие. Уход за цветами	1
26	<b>Транспорт (4 часа)</b>	Основные транспортные средства в городе. Междугородний транспорт	1
27		Составление наиболее рациональных маршрутов передвижения по городу	1
28		Знакомство с расписанием движения транспорта. Правила поведения в транспорте	1
29		Практическое занятие. Поездка на транспортном средстве. Поведение в транспорте.	1
30	<b>Торговля (3 часа)</b>	Основные виды продовольственных и специализированных магазинов	1
31		Знание видов и стоимости разных товаров. Порядок приобретения товаров, умение обратиться к продавцу	1
32		Практическое занятие. Покупка различных товаров в магазинах, самостоятельный выбор продуктов и товаров, их оплата	1

33	<b>Средства связи (2 часа)</b>	Знание основных средств связи (почта, телеграф, телефон). Виды почтовых отправок (письма, бандероли, посылки)	1
34		Практическое занятие. Написание писем, открыток. Нахождение индекса в справочнике. Написание адреса на конверте.	1

### 3 класс ( 34 часа)

№ занятия	Раздел	Тема урока	Кол-во часов
1	<b>Личная гигиена (4 часа)</b>	Оптические средства коррекции зрения. Соблюдение режима зрительной нагрузки	1
2		Гигиенические требования к организации учебных занятий. Возможности улучшения зрения Охрана и развитие зрения.	1
3		Правила пользования ножницами, вилками, иголками, спичками	1
4		Практическое занятие. Изучение приемов снятия зрительного утомления	1
5	<b>Одежда (3 часа)</b>	Правила стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей	1
6		Назначение прачечной, виды услуг, правила пользования, подготовка белья к стирке, пришивание меток, заполнение бланков	1
7		Практическое занятие. Сдача полотенец в прачечную и получение белья из прачечной.	1
8	<b>Питание (4 часов)</b>	Изготовление изделий из теста, оформление их	1
9		Знание способов консервирования овощей, последовательного приготовления консервов разными способами	1
10		Умение составить меню, учитывая рациональность питания и наличие продуктов	1
11		Практическое занятие. Упражнения в составлении	1

		меню	
12	<b>Семья (3 часа)</b>	Помощь родителям и воспитателям в школе в уходе за младшими школьниками	1
13		Помощь другим в самообслуживании, знание разнообразных игр, умение их проводить в группе, помощь в уборке игрушек, проведении прогулок	1
14		Практическое занятие. Проведение с первоклассниками и дошкольниками игр, вечеров досуга, оказание им помощи во время выполнения бытовых обязанностей	1
15	<b>Культура поведения (6 часов)</b>	Развитие способности воспринимать, чувствовать красоту произведений искусства и окружающей жизни. Развитие художественного вкуса, умения сопереживать, делать добро, осуждать зло	1
16		Правила поведения во время экскурсий в лес, тундру.	1
17		Умение заметить, осмыслить красоту форм и красок природы, поддержать беседу с товарищами, высказать свое мнение	1
18		Правила поведения в гостях - внимание, поведение при встрече и расставании, за столом	1
19		Правила вручения и приема подарков, требования к выбору подарков, умение изготовить несложные подарки своими руками	1
20		Практическое занятие. Организация и проведение дня рождения товарищей, вручение изготовленных детьми подарков.	1
21	<b>Жилище (3 часа)</b>	Объем и последовательность периодической и сезонной уборки. Санитарная уборка помещения	1
22		Уход за мебелью. Способы ухода за окнами, подбор моющих средств. Соблюдение офтальмогигиенических требований во время уборки	1
23		Практическое занятие. Проведение сухой и влажной уборки комнат, чистка пылесосом мягкой мебели, мытье зеркал.	1
24	<b>Транспорт (3 часа)</b>	Функции железнодорожного транспорта, метро.	1

		Назначение вокзалов, основные службы вокзалов	
25		Умение пользоваться расписанием. Знание видов пассажирских вагонов. Порядок приобретения билета	1
26		Практическое занятие. Экскурсия на железнодорожный вокзал	1
27	<b>Торговля (2 часа)</b>	Универмаги и специализированные промтоварные магазины, их отделы. Назначение магазинов. Стоимость некоторых товаров. Порядок покупки товаров. Правила поведения в магазине	1
28		Практическое занятие. Экскурсия в промтоварный магазин и покупка товаров	1
29	<b>Средства связи (2 часа)</b>	Отправление ценного письма. Ассортимент бандеролей, предельный вес и стоимость посылаемых предметов, виды и способы упаковки, заполнение бланков	1
30		Практическое занятие. Экскурсия на почту, отправка по почте ценного письма.	1
31	<b>Медицинская помощь (4 часа)</b>	Набор домашней аптечки, ее назначение и правила применения. Вред самолечения. Местные лекарственные растения	1
32		Правила первой помощи: обработка раны	1
33		Правила первой помощи: наложение повязки	1
34		Практическое занятие. Наложение повязки на рану, правила первой помощи при порезе, ушибе конечности	1

#### 4 класс (34 часа)

№ занятия	Раздел	Тема урока	Кол-во часов
1	<b>Личная гигиена (4 часа)</b>	Охрана здоровья и зрения. Порядок рабочего места и учебных пособий. Значение выполнения санитарно-гигиенических правил. Чтение книг.	1
2		Подбор оптических средств коррекции при чтении книг.	1

3		Чтение и письмо при соблюдении определенных гигиенических требований Бережное отношение к очкам. Гигиенические требования во время самообслуживания.	1
4		Практическое занятие. Посещение кабинетов охраны зрения. Овладение упражнениями. Уход за очками	1
5	<b>Питание (6 часов)</b>	Приготовление пищи. Закуски, блюда из овощей, сладкие блюда. Сковорода	1
6		Сервировка стола к обеду, ужину	1
7		Способы, обработки овощных продуктов. Использование консервированных продуктов и полуфабрикатов.	1
8		Соблюдение санитарно-гигиенических требований и правил безопасности работы при приготовлении пищи. Правила сервировки стола к обеду, пользование столовыми приборами	1
9		Правила сервировки стола к обеду, пользование столовыми приборами	1
10		Практическое занятие. Знакомство с технологией обработки овощных продуктов и техникой безопасности при использовании различных приборов. Сервировка стола ко Дню именинника.	1
11	<b>Семья (3 часа)</b>	Организация семьи. Взаимопомощь, доброта, восприимчивость, честность, правдивость. Пример и авторитет отца, матери. Личные взаимоотношения с членами семьи	1
12		Посильный домашний труд в семье	1
13		Практическое занятие. Помощь дошкольникам и первоклассникам в чистке одежды и обуви, подготовке ко сну	1
14	<b>Культура поведения (6 часов)</b>	Культура речи. Дела, поступки, контроль за своим поведением. Прочные, устойчивые навыки и привычки культурного поведения	1
15		Правила поведения с товарищами. Разговор со взрослыми, друзьями, умение поддержать беседу, выра-	1

		жать свои мысли ясно и точно	
16		Умение одеться просто, красиво и аккуратно. Строгое соблюдение личной и общественной гигиены	1
17		Красивая походка. Содержание в чистоте своего тела и одежды. Контроль за своим поведением	1
18		Умение чувствовать красоту родной природы, накопление жизненного опыта	1
19		Практическое занятие. Организация и проведение игры: «День рождения бабушки (дедушки)»	1
20	<b>Жилище (2 часа)</b>	Уход за мебелью и окнами. Объем и последовательность ухода за мебелью. Мытье стекол	1
21		Практическое занятие. Работа с пылесосом. Чистка ковров, обивки мебели.	1
22	<b>Одежда и обувь (2 часа)</b>	Уход за кожаными изделиями. Уход за костюмом, способы ухода за резиновой обувью	1
23		Практическое занятие. Чистка обуви, одежды. Знакомство с чисткой пятен на одежде и практическое исполнение	1
24	<b>Транспорт (3 часа)</b>	Дальнейшее изучение железнодорожного транспорта. Камера хранения багажа	1
25		Справочное бюро. Примерная стоимость проезда до разных пунктов следования. Зал ожидания	1
26		Практическое занятие. Экскурсия на железнодорожный вокзал	1
27	<b>Торговля (3 часа)</b>	Дальнейшее изучение специализированных промтоварных магазинов, их отделов	1
28		Стоимость отдельных товаров, порядок их покупки. Работа продавцов. Правила поведения в магазине	1
29		Практическое занятие. Посещение магазина, покупка мелких товаров	1
30	<b>Средства связи (2 часа)</b>	Виды посылок, предельный вес, упаковка, порядок их отправления, стоимость, заполнение бланков	1
31		Практическое занятие. Заполнение адреса на бланках отправлений.	1
32	<b>Медицинская помощь</b>	Лечебно-профилактическая и лечебно-	1

	<b>(3 часа)</b>	восстановительная работа. Своевременное принятие лечебных процедур, выполнение рекомендаций врача офтальмолога	
33		Знание оптических средств коррекции зрения. Работа сестры-ортоптистки. Соблюдение комплексного лечения, включающего оптимальную очковую коррекцию. Индивидуальный выбор средств и методов лечения	1
34		Практическое занятие. Посещение офтальмологического кабинета. Овладение приёмами лечения глаз с целью снятия напряжения и утомления. Уход за оптическими приборами	1

Принято Педагогическим советом (протокол от «31» августа 2018 года № 1)