

Областное казенное учреждение социального обслуживания населения системы социального обеспечения «Железногорский межрайонный центр социальной помощи семье и детям»

Программа «Успеть помочь»

разработанная в рамках Комплекса мер «Стратегия успеха»
по формированию социально – бытовых навыков у воспитанников
стационарного отделения – социальный приют для детей и подростков



Железногорск 2019г.

Утверждаю:
Директор ОКУ
«Железнодорожный центр соцпомощи»
Т.Е. Литвинова
« 9 » сентября 20 19 год.

Паспорт программы

Наименование Программы	«Успеть помочь»
Вид Программы	Общеразвивающая
Составитель Программы	Фандюшина Светлана Викторовна- воспитатель стационарного отделения - социальный приют для детей и подростков
Цель Программы	Формирование у воспитанников знаний о ведении домашнего хозяйства, практическое обучение необходимым бытовым умениям и навыкам
Задачи Программы	Знакомить детей с правилами ведения домашнего хозяйства. Формировать знания, умения и навыки бытового труда. Развивать познавательные функции, эмоционально-волевую сферу. Способствовать развитию устойчивого интереса к трудовой деятельности. Прививать навыки трудовой культуры. Воспитывать состоятельность в решении повседневных жизненных задач.
Адресат Программы	Дети сироты ,дети оставшиеся без попечения, воспитанники стационарного отделения – социальный приют для детей и подростков
Место реализации Программы	Стационарное отделение - социальный приют для детей и подростков

Пояснительная записка

Важнейшим принципом социальной политики государства является приоритетность оказания помощи детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Россия стремится достичь высоких стандартов для граждан своей страны, и в этой связи очень важно обеспечить равные условия социальной адаптации и интеграции в общество несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства.

Успех такой интеграции в значительной степени зависит от социально-бытовой деятельности человека, его способности организовывать свое жизненное пространство, свой быт.

Дети, проживающие в благополучных семьях, овладевают социально-бытовыми знаниями, умениями и навыками, наблюдая за культурой быта родителей, бабушек и дедушек, старших братьев и сестер в домашних условиях. Ребенок стремится самостоятельно или по поручению взрослых выполнить домашнюю работу, получая при этом необходимые указания, инструкции, подсказки, а главное – одобрение и похвалу, приобретая тем самым положительный опыт.

В неблагополучных семьях происходит иначе. Не получая должного развития и воспитания со стороны родных, дети овладевают негативными представлениями, знаниями и навыками в семье, и прежде всего в социально-бытовом плане.

Возникает вопрос, кто же научит выполнять домашнюю работу детей, которые не видели положительного примера в ближайшем окружении.

В нашем приюте проживают несовершеннолетние из неполных, социально неблагополучных семей. Некоторые дети, лишенные семьи и попечения родителей, вообще не имеют представления о многих семейных и бытовых проблемах. Дефицит социально-бытового опыта проявляется у них в негативном отношении к участию в трудовых процессах, в беспомощности в самообслуживании, в неуверенности и незнании, как вести себя в той или иной ситуации.

Многие не имеют представления о завтраке, обеде и ужине, о разнообразии продуктов, способах их приготовления и употребления. Несовершеннолетние не знают правил безопасного обращения с бытовыми приборами. Не умеют убирать, ухаживать за одеждой и обувью, готовить.

Очевидна необходимость организации дополнительной работы по развитию социально-бытовых навыков у детей, проживающих в социальном приюте.

Рабочая программа «Успеть помочь» составлена на основе программы «Мы вместе», по которой работает Железногорский социальный приют для детей и подростков. Она дает возможность формировать представления о конкретных фактах жизни и быта людей, развивать у воспитанников жизненно необходимые умения и навыки, чтобы, став взрослыми, они могли самостоятельно себя обслуживать, выполнять в быту повседневные трудовые операции.

Особенностью программы «Успеть помочь» является то, что дети реально участвуют в различных видах деятельности, направленной на развитие у них социально-бытовых навыков и умений. В результате будет возможно комплексно решить основные задачи коррекции личностного развития несовершеннолетних, практически подготовить их к самостоятельной жизни.

Цели и задачи Программы

Цель: Формирование у воспитанников знаний о ведении домашнего хозяйства, практическое обучение необходимым бытовым умениям и навыкам.

Задачи: Знакомить детей с правилами ведения домашнего хозяйства.

Формировать знания, умения и навыки бытового труда.

Развивать познавательные функции, эмоционально-волевую сферу.

Способствовать развитию устойчивого интереса к трудовой деятельности. Прививать навыки трудовой культуры.

Воспитывать самостоятельность в решении повседневных жизненных задач.

Механизм реализации Программы

Срок реализации	бессрочный
Периодичность	2 раза в неделю в соответствии с расписанием кружковой работы.
Продолжительность занятий	45-60 минут (в зависимости от возраста, конкретных задач и творческой заинтересованности детей)
Исполнители Программы	Воспитатели стационарного отделения – социальный приют для детей и подростков
Участники Программы	Воспитанники стационарного отделения – социальный приют для детей и подростков

Направленность Программы: социально-бытовая

Технологии реализации Программы:

- Личностно-ориентированные;
- Объяснительно-иллюстрированные;
- Информационно-компьютерные;
- Здоровьесберегающие.

Принципы реализации программы:

- доступность;
- демократичность;
- целенаправленность;
- системность и последовательность;
- целостность.

Форма реализации Программы: кружковая деятельность

Структура Программы:

І БЛОК

«Мой дом и порядок в нем»

Кружок – «Хозяюшка» (дети 7-11 лет);

Кружок – «Домоводство» (подростки 12-18 лет).

Изучаемый материал этого блока представлен в разделах:

- «Элементы электротехники»;
- «Бытовые электроприборы»;
- «Уход за одеждой и обувью»;
- «Чистота и порядок»;
- «Уют в доме».

БЛОК

«Азбука кухни»

Кружок «Поваренок» (дети 7-11 лет);
Кружок « Кулинар» (подростки 12-18 лет).

Материал блока «Азбука кухни» изучается в разделах:

- «Устройство кухни»;
- «Чистота и порядок»;
- «Сервировка стола»;
- «Учимся готовить».

В каждом блоке Программы содержатся основные теоретические сведения, практические работы и рекомендуемые объекты труда. При этом предполагается, что изучение материала, связанного с практическими работами, должно предваряться минимумом теоретических сведений.

Типы занятий:

- комбинированные занятия;
- практические занятия;
- занятия-экскурсии;
- лекции;
- мастер-классы;
- презентации;
- творческие конкурсы.

Формы работы:

- **групповые** (предполагают обучение групп воспитанников);
- **коллективные** (применяются в ситуациях взаимного обучения);
- **индивидуальные** (необходимы в том случае, если имеется педагогическая запущенность воспитанника, его отставание в изучении тем).

Методы и приемы реализации Программы:

- беседа;
- объяснение;
- наблюдение;
- демонстрация;
- поощрение;
- игровые ситуации;
- моделирование ситуаций;
- загадки;
- решение логических задач;
- работа с таблицами, тематическими картинками;

- просмотр и обсуждение видеофильмов;
- создание тематических альбомов;
- выставки работ.

Контрольный учет

теоретических знаний воспитанников по результатам реализации Программы осуществляется путем бесед, устного и письменного опросов, тестирования.

Отслеживание и контроль за формированием практических умений и навыков осуществляется по средствам педагогического наблюдения в процессе выполнения коллективных и индивидуальных практических работ.

Ожидаемый результат реализации Программы:

Воспитание и подготовка полноценной, творчески развитой личности, владеющей бытовыми умениями и навыками, необходимыми для комфортного проживания в социуме.

I БЛОК

«Мой дом и порядок в нём»

Цель:

формирование представлений о конкретных фактах труда и быта людей, развитие жизненно-необходимых трудовых навыков и умений.

Задачи:

формировать у воспитанников навыки и практические умения, связанные с выполнением повседневных трудовых операций в быту. Прививать навыки трудовой культуры. Развивать навыки самоконтроля через анализ результатов собственной деятельности. Воспитать аккуратность, желание поддерживать чистоту и порядок.

Занятия в кружках «Домоводство» и «Хозяюшка» дадут возможность комплексно решить основные задачи коррекции личностного развития воспитанников, расширить спектр социально-бытовых умений, навыков и операций, которые необходимы в процессе самостоятельной жизнедеятельности.

Практическая часть включает в себя сведения об устройстве дома, знакомство с правилами поддержания в нем чистоты и порядка.

Практическая часть предполагает выполнение детьми бытовых поручений и обязанностей, связанных с обустройством жилья, уборкой, уходом за вещами и обувью.

Тематическое планирование

РАЗДЕЛ 1

«Элементы электротехники»

Теория:

- общее понятие об электрическом токе. Виды источников тока;
- электросчетчик;
- правила электробезопасности;
- осветительные приборы (настольные лампы, люстры, светильники);

Практика:

эксплуатация осветительных электроприборов в повседневной жизни.

РАЗДЕЛ 2.

«Бытовые приборы»

Теория:

- бытовые электроприборы и техника, их роль в домашнем хозяйстве. Знакомство с устройством и правилами эксплуатации стиральной машины, утюга, пылесоса, отпаривателя, фена, обогревателя;
- аудио и видеотехника;
- техника безопасности при работе с бытовыми приборами и техникой.

Практика:

эксплуатация бытовых электроприборов и техники в повседневной жизни.

РАЗДЕЛ 3

«Уход за одеждой и обувью»

Тема: «Стираем по правилам»

Теория:

- виды одежды и способы ухода за ней(стирка, химчистка);
- значение символов, встречающихся на ярлычках одежды;
- ручная и машинная стирка;
- особенности стирки белого и цветного белья, шерстяных изделий, вещей из трикотажных и синтетических тканей;
- современные средства для стирки и их применение(стиральный порошок для ручной и машинной стирки, жидкие средства и капсулы, кондиционеры для белья, отбеливатель);
- подготовка одежды и белья для стирки, замачивание;
- удаление пятен.

Практика:

подготовка одежды и белья для стирки. Выбор моющих средств. Замачивание, закладка в стиральную машину, ручная стирка личных вещей, кукольной одежды.

Тема: « Учимся гладить»

Теория:

- гладильная доска, ее виды, правила пользования;
- глажение вещей из разных тканей;
- хитрости при глажке;
- как правильно хранить выглаженные вещи.

Практика:

глажение личных вещей.

Тема: «Мелкий ремонт одежды»

Теория:

- иголки и нитки для ручного шитья;
- правила безопасности при работе с иглой и ножницами;
- соединительный и обметочный швы;
- правила пришивания пуговиц, крючков, кнопок;
- зашивание по шву, подшивание низа одежды. Штопка.
- заплатка как украшение (декоративные заплатки, термонаклейки).

Практика:

подбор иголки и ниток для работы. Вдевание нити в иглу, завязывание узелка. Пришивание пуговиц. Выполнение мелкого ремонта одежды.

Тема: «Уход за обувью»

Теория:

- сезонная обувь и ее разнообразие;
- обувь из разных материалов, особенности ухода и хранение;
- средства для ухода за обувью;
- электросушилка для обуви, устройство и правила эксплуатации.

Практика:

Очистка обуви от пыли и грязи, мытье, просушивание, использование средств для ухода за обувью.

РАЗДЕЛ 4

«Чистота и порядок»

Тема: « Гигиена жилья»

Теория:

- уход за стенами, окнами, зеркалами;
- мягкая мебель и уход за ней;
- чистка ковров и дорожек;
- мытье полов, современная швабра;
- чистящие и моющие средства для уборки, правила безопасности при их использовании;
- ежедневная и генеральная уборка;
- проветривание жилых помещений;
- средства для борьбы с вредными насекомыми (комары, мухи, тараканы, моль).

Практика:

Выполнение трудовых операций по уборке спален, игровых комнат.

Тема: «Все по полочкам»

Теория:

- места хранения одежды и обуви;
- приспособления для хранения одежды и обуви;
- хранение несезонной одежды;
- игры и игрушки, их место в доме.

РАЗДЕЛ 5

«Уют в доме»

Тема: «Интерьер своими руками»

Теория:

- как сделать дом уютным. Способы оформления интерьера, предметы декорирования.
- Значение композиции и роль освещения в интерьере.

Практика:

просмотр журналов, телепередач, по оформлению интерьера. Украшение игровых комнат к праздникам (Новый год, дни рождения).

Тема: «Растения в доме»

Теория:

- роль комнатных растений в жизни людей;
- разновидности комнатных растений. Требования к размещению(на стене, полке, подоконнике);
- правила ухода (режим полива, подкормок, правила пересадки);
- болезни комнатных цветов;
- использование комнатных растений в создании интерьера.

Практика:

полив, рыхление, удаление отживших листьев и стеблей, подготовка грунта и пересадка комнатных растений.

Требования к уровню подготовки воспитанников

Воспитанники должны знать:

- ❖ Правила безопасной работы с бытовыми электроприборами и техникой.
- ❖ Санитарно-гигиенические требования к жилому помещению.
- ❖ Правила и способы уборки жилых помещений.
- ❖ Современные чистящие, моющие и дезинфицирующие средства.
- ❖ Способы стирки белья.
- ❖ Правила ручной и машинной стирки.
- ❖ Режимы и правила глаженья, утюжки.
- ❖ Способы ремонта одежды.
- ❖ Правила безопасности при работе с иглой и ножницами.
- ❖ Правила ухода за комнатными растениями.
- ❖ Способы оформления интерьера, создания уюта в доме.

уметь:

- ❖ Пользоваться бытовыми электроприборами и техникой.
- ❖ Работать с моющими и чистящими средствами.
- ❖ Осуществлять уборку жилья, содержать его в чистоте и порядке.
- ❖ Осуществлять ручную и машинную стирку белья и одежды.
- ❖ Выбирать моющие средства для стирки.
- ❖ Пользоваться гладильной доской, гладить личные вещи.
- ❖ Осуществлять мелкий ремонт одежды.
- ❖ Ухаживать за обувью, пользоваться электросушилкой и средствами для ухода за обувью.
- ❖ Правильно хранить одежду и обувь.

❖ Выращивать комнатные растения.

II БЛОК

«Азбука кухни»

Цель:

Обучение воспитанников приготовлению несложных блюд из доступных продуктов.

Задачи:

Расширять знания о разнообразии продуктов, их значении для здоровья человека.

Способствовать формированию умений и навыков по приготовлению пищи.

Обогащать знания о необходимости правильного питания.

Знакомить с правилами ТБ и санитарно-гигиеническими нормами при приготовлении пищи.

Воспитывать личностные качества: терпение, аккуратность, усидчивость, самостоятельность.

Развивать творческие способности.

Теоретическая часть блока «Азбука кухни» включает в себя основные сведения об устройстве кухни, продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, культуре потребления пищи.

Практическая часть предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд, их дегустацию и формирование сервировки стола.

Приобретение на занятиях знания и умения помогут воспитанникам в самостоятельной жизни.

Тематическое планирование

РАЗДЕЛ 1

«Устройство кухни»

Тема: «Обстановка кухни, кухонное оборудование»

Теория:

- предметы кухни;
- устройство электроплиты и холодильника;
- правила работы с электроплитой;
- размещение продуктов в холодильнике;
- сроки и правила хранения продуктов в холодильнике и морозильной камере;
- размораживание и мытье холодильника.

Практика:

работа с электроприборами. Размещение продуктов в холодильнике. Мытье холодильника.

Тема: « Кухонные помощники»

Теория:

- знакомство с устройством и принципом мясорубки, миксера, блендера, кофемолки, кофеварки;

Практика:

работа с кухонной техникой в процессе приготовления пищи.

Тема: « О плосках и поварешках»

Теория:

- виды столовой и кухонной посуды;
- размещение, хранение, уход за посудой;
- столовые приборы, правила пользования.

Практика:

размещение посуды на кухне , уход за посудой.

РАЗДЕЛ 2

«Чистота и порядок»

Теория:

- знакомство с правилами гигиены и санитарии;
- чистящие и моющие средства, их разнообразие, правила безопасного использования;

Практика:

соблюдение санитарно-гигиенических норм при приготовлении пищи.

Использование чистящих и моющих средств в процессе мытья посуды, уборки кухни.

РАЗДЕЛ 3

«Сервировка стола»

Теория:

- столовая посуда;

- столовые приборы, их назначение;
- сервировка стола.

Практика:

сервировка стола в повседневной жизни и по случаю приема гостей.

РАЗДЕЛ 4

«Учимся готовить»

Тема: «Молоко и молочные продукты»

Теория:

- значение молока и молочных продуктов для организма человека;
- ассортимент и пищевая ценность молочных продуктов;
- определение срока годности;
- способы приготовления молочных каш. Условия хранения.

Практика:

определение срока годности молока и кисломолочных продуктов.

Приготовление молочной каши.

Тема: «Блюда из яиц»

Теория:

- определение свежести яиц;
- первичная обработка;
- способы приготовления яиц.

Практика:

определение свежести яиц. Варка яиц, приготовление яичницы, омлета.

Тема: «Крупы и макаронные изделия»

Теория:

- Виды круп и макаронных изделий;
- Блюда из круп и макаронных изделий, способы приготовления.

Практика:

приготовление каш, гарниров. Макароны с сахаром, сыром. Оформление готовых блюд.

Тема: «Первые блюда»

Теория:

- разнообразие первых блюд;
- выбор продуктов, технология приготовления;
- посуда для первых блюд;
- правила работы с горячими жидкостями.

Практика:

выбор продуктов для первых блюд, определение их качества. Определение последовательности работы, способов нарезки. Приготовление бульонов, супов. Сервировка стола к обеду.

Тема: «Блюда из овощей»

Теория:

- овощи, их польза для организма человека;
- определение свежести овощей по внешнему виду и вкусовым качествам;
- блюда из овощей, способы их приготовления.

Практика:

выбор овощей для приготовления конкретного блюда, определение их качества. Первичная обработка. Приготовление винегрета, овощных салатов по рецепту. Картофель отварной, запеченный, картофельное пюре. Оформление и подача готовых блюд

Тема: «Мясные блюда»

Теория:

- пищевая ценность мяса;
- виды мяса, определение свежести;
- блюда из мяса;
- мясные полуфабрикаты;
- хранение мяса, мясных изделий и полуфабрикатов;
- подготовка мяса к тепловой обработке;
- соблюдение санитарно-гигиенических требований при работе с мясом.

Практика:

определение свежести мяса. Приготовление фарша. Запекание мяса в духовке. Жаренье котлет.

Тема: «Блюда из рыбы»

Теория:

- пищевая ценность рыбы;

- виды рыбы, способы определения свежести продукта;
- условия и сроки хранения рыбной продукции и готовых блюд;
- технология и правила безопасности при разделке рыбы;
- способы тепловой обработки рыбы;
- рыбные консервы.

Практика:

определение свежести рыбы. Разделка. Приготовление ухи.

Тема: «Бутерброд на скорую руку»

Теория:

- виды бутербродов, технология приготовления;
- способы оформления бутербродов;
- требования к качеству, условия и сроки хранения.

Практика:

приготовление бутербродов.

Тема: «Изделия из теста»

Теория:

- отличительные особенности разных видов теста;
- разнообразие изделий из теста;
- инвентарь для приготовления теста, посуда для выпечки;
- работа по рецепту.

Практика:

выбор рецепта, подготовка ингредиентов, определение последовательности работы. Приготовление оладий, печенья, пирожков, пиццы.

Тема: «Напитки»

Теория:

- виды напитков;
- напитки для детей;
- ингредиенты для напитков, правила и последовательность их приготовления.

Практика:

приготовление чая, компота, киселя, кофе, какао. Сервировка стола для чаепития.

Требования к уровню подготовки воспитанников

Воспитанники должны знать:

- ❖ Устройство кухни;
- ❖ Правила санитарии и гигиены;
- ❖ Правила безопасной работы с кухонным оборудованием, колющими и режущими предметами, горячими жидкостями;
- ❖ Основные группы продуктов питания;
- ❖ Общие сведения о пищевой ценности продуктов;
- ❖ Способы определения качества продуктов;
- ❖ Способы тепловой и механической обработки продуктов;
- ❖ Рецепты несложных блюд;
- ❖ Требования к качеству готовых блюд;
- ❖ Правила подачи готовых блюд к столу;
- ❖ Основные правила сервировки стола;
- ❖ Правила мытья посуды, безопасного обращения с чистящими и моющими средствами.

уметь:

- ❖ Определять свежесть и срок годности продуктов питания;
- ❖ Выполнять нарезку продуктов;
- ❖ Готовить несложные блюда из сырых и вареных продуктов, эстетически их оформлять;
- ❖ Пользоваться рецептом при приготовлении блюд;
- ❖ Работать с кухонным оборудованием, инструментами;
Правильно сервировать стол, принимать гостей.