Неледова Нэрмин Вячеславовна
Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского края специальная (коррекционная) школа-интернат ст-цы Бесскорбной
neledova156@yandex.ru

# Применение кейс - технологии на уроках основы социальной жизни (ОСЖ) для развития социально значимых компетенций у обучающихся с нарушением интеллекта

## Оглавление

Аннотация ..... 3

Пояснительная записка ..... 3

1. Основная часть ..... 4

1.1 Сущность кейс-технологии ..... 4

1.2. Особенности применения кейс-технологии для обучающихся с нарушением интеллекта. ..... 5

1.3. Система кейсов по разделам курса ОСЖ для 5 класса ..... 6

1.4.Критерии и инструменты оценки сформированности социально значимых компетенций в ходе работы с кейсами на уроках ОСЖ ..... 11

Список литературы ..... 14

Приложение 1.1 ..... 15

Приложение 2.1. ..... 22

Приложение 2.2 ..... 23

Приложение 3.1 ..... 28

Приложение 4.1 ..... 32

Приложение 5.1 ..... 37

**Аннотация**

Методическая разработка «Применение кейс - технологии на уроках основы социальной жизни ОСЖ для развития социально значимых компетенций у обучающихся с нарушением интеллекта» предназначена для педагогов и специалистов, работающих с детьми с нарушением интеллекта в рамках обучения основам социальной жизни (ОСЖ). Она адресована учителям коррекционных школ, дефектологам, социальным педагогам и другим специалистам, которые занимаются социальной адаптацией и обучением таких обучающихся.

Методическая разработка «Применение кейс - технологии на уроках основы социальной жизни ОСЖ для развития социально значимых компетенций у обучающихся с нарушением интеллекта» может оказать педагогам существенную помощь в организации учебного процесса и решении ряда профессиональных задач:

- в подборе и адаптации кейсов, отражающих реальные жизненные ситуации, с которыми сталкиваются обучающиеся.
- в развитии навыков самообслуживания и бытовой адаптации через моделиро вание типичных ситуаций на уроках (посещение магазина, поездка в транспо рте, обращение в учреждение).
- в освоении интерактивных методов обучения, повышающих мотивацию и во влечённость обучающихся с нарушением интеллекта на уроках ОСЖ.
- в подготовке обучающихся к самостоятельной жизни и успешной социальной адаптации через отработку реальных сценариев поведения.

**Пояснительная записка**

Методическая разработка «Применения кейс-технологии на уроках основы социальной жизни основ социальной жизни (ОСЖ) для развития социально значимых компетенций у обучающихся с нарушением интеллекта» актуальна и востребована по ряду причин, связанных с современными образовательными тенденциями, потребностями обучающихся с нарушением интеллекта и возможностями самой технологии:

- Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) для обучающихся с нарушением интеллекта акцентирует внимание на социально-коммуникативной направленности образовательного процесса. Это обусловлено приоритетной задачей социальной адаптации и интеграции обучающихся в общество. Кейс-технология позволяет моделировать реальные жизненные ситуации, что способствует практическому применению знаний и развитию социальных компетенций [1].
- У обучающихся с нарушением интеллекта часто наблюдаются затруднения в мыслительных процессах, проблемы с переносом знаний и умений из учебной ситуации в повседневную жизнь. Кейс-метод помогает преодолеть эту проблему, так как предполагает анализ конкретных ситуаций, близких к жизненному опыту, и поиск решений в условиях, максимально приближенных к реальным [5].
- Кейс-технология вариативна и может быть адаптирована под индивидуальные возможности обучающихся. Например, для детей с нарушениями речи кейсы можно сопровождать пиктограммами, схемами или опорными словами. При трудностях с пониманием инструкции полезны кейсы с поэтапным раскрытием ситуации. При нарушениях поведения и эмоционально-волевой сферы важны сюжеты с социально приемлемыми моделями решения конфликтов [2].

Общество ставит перед образованием задачу подготовки выпускников, способных решать жизненные проблемы, строить взаимоотношения и адаптироваться к изменениям. Для обучающихся с нарушением интеллекта это особенно актуально, так как их социальная интеграция во многом зависит от сформированности базовых жизненных навыков. Кейс-метод помогает заложить основу для самостоятельной жизни через практику решения повседневных задач [7].

Таким образом, применение кейс-технологии в работе с обучающимися с нарушением интеллекта отвечает как общим трендам современного образования, так и специфическим потребностям этой категории обучающихся, предлагая эффективный инструмент для развития социально значимых компетенций.

**Цель методической разработки**

Сформировать у педагогов практическое понимание кейс-технологии, как интерактив ного метода обучения и предоставить готовые инструменты, для её внедрения на уроках по основам социальной жизни в 5 классе — с целью развития у обучающихся навыков, знаний и умений, необходимых для успешной адаптации в обществе, решения повседневных задач и взаимодействия с окружающим миром.

**Задачи методической разработки**

1. Раскрыть сущность кейс-технологии
2. Описать особенности применения кейс-технологии для обучающихся с нарушением интеллекта.
3. Разработать систему кейсов по разделам курса ОСЖ для 5 класса, направленных на формирование конкретных социально значимых компетенций:
4. Разработать критерии и инструменты оценки сформированности социально значимых компетенций в ходе работы с кейсами

## 1. Основная часть

### 1.1 Сущность кейс-технологии

Кейс-технология — это интерактивная образовательная технология, основанная на анализе реальных или приближённых к реальности проблемных ситуаций. Её цель — не просто передать знания, а развить у обучающихся навыки их практического применения, самостоятельного мышления и принятия решений [2].

Название происходит от английского *case* («случай», «ситуация») и метафорически отсылает к «кейсу» — чемоданчику с документами: кейс содержит набор материалов для разбора ситуации.

В основе технологии лежит проблемная ситуация**,** отражающая практическую задачу из реальной жизни.

Кейс-технология может быть адаптирована для обучающихся с нарушением интеллекта, учитывая их особенности и потребности. Она помогает развивать навыки анализа ситуаций, принятия решений, коммуникации и социальной адаптации, что особенно важно для их будущей жизни, профессиональной ориентации и естественным образом вовлекает все виды базовых учебных действий БУД:

- Личностные: мотивация через связь с реальной жизнью, осознание значимост и знаний, этический выбор в неоднозначных ситуациях.

- Регулятивные: самостоятельное планирование анализа кейса, постановка цел ей, контроль хода работы, оценка эффективности решений.
- Познавательные: поиск и обработка информации, анализ данных, выявление причинно-следственных связей, сравнение альтернатив, прогнозирование пос ледствий.
- Коммуникативные: групповое обсуждение, аргументация, ведение дискуссии , презентация решений, учёт мнений других.

Этапы работы с кейсом.
Обычно работа с кейсом включает несколько этапов:

- Знакомство с ситуацией. Дети воспринимают предложенную ситуацию, определяют её особенности.
- Актуализация знаний. Обучающиеся объединяются в пары или группы, распределяют роли, взаимодействуют, договариваются.
- Мозговой штурм. Дети осуществляют поисковую деятельность, анализируют ситуацию, ищут решения.
- Презентация. Группы представляют свои варианты решения проблемы.
- Рефлексия. Анализ проделанной работы, выводы, обсуждение, как можно применить полученные знания и навыки в других ситуациях

**1.2. Особенности применения кейс-технологии для обучающихся с нарушением интеллекта.**

Необходимо адаптировать кейс-методы под психофизические особенности обучающихся с нарушением интеллекта:

- упростить структуру кейсов (чёткие формулировки, минимум лишней информации);
- подобрать ситуации, максимально приближённые к повседневной жизни учащихся;
- предусмотреть визуальную поддержку (иллюстрации, схемы, пиктограммы) для лучшего восприятия

**Упрощение и конкретизация ситуаций**. Кейс должен быть коротким, конкретным и максимально приближённым к жизненному опыту ребёнка. Например, вместо сложных производственных задач можно моделировать бытовые ситуации: «Что делать, если в классе нужно попросить помощь?» или «Как выбрать нужный предмет по признаку?».

**Постепенное усложнение**. В младших классах (например, 5–6 классы) используются более простые кейсы, а в старших — задания усложняются, приближая их к реальным профессиональным или социальным ситуациям.

**Использование наглядности**. Для детей с нарушением интеллекта важно применять иллюстрации, схемы, пиктограммы, видеофрагменты, мультимедиа-компоненты. Это помогает лучше осмыслить ситуацию и снизить когнитивную нагрузку.

**Структурирование по шагам**. Кейс должен быть чётко структурирован: ситуация — проблема — варианты решения — выбор — проверка результата. Это помогает ребёнку последовательно двигаться от анализа к действию.

**Учёт индивидуальных особенностей**. При подборе кейсов важно учитывать не только возраст, но и характер трудностей ребёнка. Например:

- при нарушениях речи кейс лучше сопровождать визуальными материалами (пиктограммами, схемами, опорными словами);
- при трудностях с пониманием инструкции полезны кейсы с поэтапным раскрытием ситуации;

- при нарушениях поведения и эмоционально-волевой сферы важны сюжеты с социально приемлемыми моделями решения конфликтов [6].

**Эмоциональная безопасность**. Ситуация в кейсе не должна вызывать у ребёнка стресс или дискомфорт. Важно создавать условия, в которых ребёнок чувствует себя комфортно и может экспериментировать с решениями без страха ошибки.

**Акцент на переносе навыков**. Цель — не просто решить конкретную задачу, а научиться применять полученные знания и навыки в реальных жизненных ситуациях.

### 1.3. Система кейсов по разделам курса ОСЖ для 5 класса

Раздел «Забота о себе» направлен на формирование навыков поддержания здоровья, самообслуживания и безопасного образа жизни [4].

**Серия кейсов по разделу «Забота о себе»**

Кейс 1. «Утро начинается с гигиены» (приложение №1.1)

Ситуация: Саша проснулся и сразу сел играть в компьютер. Он не умылся, не почистил зубы и позавтракал, не помыв руки.

Вопросы и задания:

Найди ошибки в поведении Саши.

Составь правильный утренний план действий (используй карточки с изображениями: умывание, чистка зубов, мытьё рук, завтрак и т. д.).

Объясни, почему важно умываться и чистить зубы утром.

Покажи на муляже, как правильно чистить зубы (движения сверху вниз для верхних зубов, с низу вверх — для нижних).

Цель: закрепить навыки утренней гигиены, сформировать понимание причинно-следственных связей между гигиеной и здоровьем.

Кейс 2. «Уход за волосами» (приложение №1.2)

Ситуация: Маша редко моет голову, расчёсывается чужой расчёской и сушит волосы феном каждый день.

Вопросы и задания:

Какие ошибки в уходе за волосами допустила Маша?

Как часто нужно мыть волосы?

Выбери правильный ответ: каждый день, раз в неделю, раз в месяц.

Почему нельзя пользоваться чужой расчёской?

Составь памятку «Правила ухода за волосами» из предложенных фраз (например: «Мой волосы тёплой водой», «Пользуйся своей расчёской», «Расчёсывайся утром и вечером»).

Цель: сформировать навыки ухода за волосами, понимание важности соблюдения личной гигиены.

Кейс 3. «Чистые руки — залог здоровья» (приложение №1.3)

Ситуация: Вова играл в футбол, потом сел есть яблоко, не помыв руки. Через несколько часов у него заболел живот.

Вопросы и задания:

Почему у Вовы заболел живот?

Когда обязательно нужно мыть руки? (Используй картинки: после прогулки, после туалета, перед едой и т. д.)

Покажи по карточкам правильную последовательность мытья рук:

открыть кран, намочить руки, взять мыло, намылить руки, смыть пену, закрыть кран, вытереть руки.

Придумай короткое правило о мытье рук и повтори его вслух.

Цель: закрепить правила мытья рук, развить понимание связи гигиены и здоровья.

Кейс 4. «Уход за ногтями» (приложение №1.4)

Ситуация: Петя не стрижёт ногти, они у него длинные и грязные. Он чешет ими голову и тро гает лицо.
Вопросы и задания:
Чем опасны длинные и грязные ногти?
Как часто нужно стричь ногти? Выбери: раз в неделю, раз в месяц, раз в год.
Составь инструкцию «Как правильно стричь ногти» (например: 1) Вымой руки; 2) Возьми чи стые ножницы; 3) Аккуратно подстриги ногти; 4) Вымой руки ещё раз).
Покажи на муляже или картинке, какой должна быть длина ногтей.
Цель: сформировать навык ухода за ногтями, понимание их влияния на здоровье.
Кейс 5. «Гигиена полости рта» (приложение №1.5)
Ситуация: Коля чистит зубы один раз в день, быстро и небрежно. Он не пользуется зубной нитью и редко меняет зубную щётку.
Вопросы и задания:
Какие ошибки в гигиене полости рта допускает Коля?
Сколько раз в день нужно чистить зубы? Почему?
Как понять, что пора менять зубную щётку?
Составь плакат «Правила чистки зубов» с картинками: чистить утром и вечером, делать движ ения сверху вниз и снизу вверх, чистить внутреннюю и жевательную поверхности, полоскать рот после еды.
Цель: закрепить правила ухода за зубами, сформировать ответственное отношение к здоровь ю полости рта.
Кейс 6. «Душ и смена одежды» (приложение №1.6)
Ситуация: Игорь принимает душ раз в неделю, носит одну футболку несколько дней подряд и редко меняет носки.
Вопросы и задания:
Почему важно регулярно принимать душ и менять одежду?
Как часто нужно принимать душ? Менять футболку? Менять носки?
Распредели предметы одежды по частоте смены: ежедневно (носки, нижнее бельё),
2–3 раза в неделю (футболки, рубашки), по мере загрязнения (джинсы, свитера).
Составь график личной гигиены на неделю (например: душ — каждый день; смена носков — каждый день; смена футболки — каждый день; стирка одежды -раз в неделю).
Цель: сформировать понимание необходимости регулярного ухода за телом и одеждой.
Кейс 7. «Использование личных предметов гигиены» (приложение № 1.7)
Ситуация: Лена даёт свою расчёску подругам, пользуется чужим полотенцем и щёткой.
Вопросы и задания:
Почему нельзя делиться личными предметами гигиены?
Какие предметы должны быть строго индивидуальными? Выбери из списка: расчёска, полот енце, зубная щётка, мыло, мочалка, шампунь.
Раздели предметы на две группы: личные (расчёска, зубная щётка) и общие (мыло, шампунь)
Придумай и нарисуй знак «Нельзя брать чужие предметы гигиены»
(например, перечёркнутая расчёска или щётка).
Цель: воспитать ответственное отношение к личным предметам гигиены, понимание их роли в сохранении здоровья.

**Серия кейсов по разделу «Домоводство»**

Раздел «Домоводство» направлен на практическую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни, формирование навыков самообслуживания, ведения домашнего хозяйства и социальной адаптации [3].

Кейс 1. «Уборка комнаты» (приложение № 2.1)
Ситуация: в комнате разбросаны игрушки, постель не заправлена, на столе —
крошки и грязная чашка. Мама попросила Сашу убраться.
Вопросы и задания:

Составь план уборки : 1) заправить кровать; 2) собрать игрушки; 3) протереть стол; 4) подмес ти пол.
Выбери нужные инструменты для уборки: веник, тряпка, совок, пылесос.
Расставь этапы влажной уборки пола по порядку: пропылесосить, намочить тряпку, протерет ь пол, высушить тряпку.
Покажи на практике (или по карточкам), как правильно вытирать пыль с мебели — сверху вниз или снизу вверх?
Цель: сформировать навыки поддержания порядка в личном пространстве, освоить последов ательность сухой и влажной уборки.
Кейс 2. «Уход за комнатными растениями» (приложение № 2.2)
Ситуация: у Оли на подоконнике стоят три цветка. Один вянет, второй слишком мокрый, тре тий растёт хорошо.
Вопросы и задания:
Почему один цветок вянет? (не хватает воды).
Почему второй слишком мокрый? (его слишком часто поливают).
Как понять, что растение нужно полить? (потрогать землю пальцем — сухая или влажная).
Составь памятку «Как ухаживать за комнатными цветами»: поливать по мере высыхания поч вы, протирать листья, ставить на свет.
Покажи, как правильно поливать растение — под корень или на листья?
Цель: научить основам ухода за комнатными растениями, развить наблюдательность и ответс твенность.
Кейс 3. «Стирка мелких вещей вручную» (приложение № 2.3)
Ситуация: Маша испачкала фартук на уроке труда. Ей нужно постирать его дома.
Вопросы и задания:
Подготовь всё необходимое для стирки: тазик, мыло, вода, прищепки.
Составь алгоритм стирки: налить тёплую воду, намочить вещь, намылить, потереть, прополо скать, отжать, повесить сушиться.
Объясни, почему вода должна быть тёплой, а не горячей?
Выбери безопасное место для сушки: на батарее, на верёвке у окна, на стуле.
Разыграй ситуацию стирки с муляжом фартука и игрушечными принадлежностями.
Цель: освоить элементарные навыки ручной стирки и сушки мелких вещей, понять правила б езопасности.
Кейс 4. «Глажка белья» (приложение № 2.4)
Ситуация: мама постирала и высушила рубашку для Пети, но она мятая. Нужно её погладить
Вопросы и задания:
Назови инструменты для глажки: утюг, гладильная доска, спрей для отпаривания.
Проверь, можно ли гладить эту ткань (посмотри на ярлык).
Составь инструкцию «Как безопасно гладить»: поставить доску, включить утюг, выбрать ре жим, начать с мелких деталей, не оставлять утюг без присмотра.
Покажи по картинкам, в каком порядке гладить рубашку: воротник, манжеты, рукава, спинка , полочки.
Придумай правило безопасности при работе с утюгом и повтори его вслух.
Цель: сформировать навык глажки простых вещей и понимание правил безопасности при раб оте с электроприборами.
Кейс 5. «Проветривание помещения» (приложение № 2.5)
Ситуация: в комнате душно, пахнет едой, окна закрыты уже два дня.
Вопросы и задания:
Почему важно проветривать комнату? (чтобы был свежий воздух, меньше микробов).
Когда нужно проветривать? (утром, после готовки, после уборки, перед сном).
Сколько минут достаточно для проветривания? Выбери: 5 минут, 15 минут, 1 час.
Составь график проветривания комнаты на день: утром 15 мин, после обеда 10 мин, вечером 20 мин.

Покажи, как открыть окно безопасно (не высовываться, не ломать ручку).
Цель: воспитать привычку регулярно проветривать помещение, сформировать понимание св язи свежего воздуха и здоровья.
Кейс 6. «Уход за обувью» (приложение № 2.6)
Ситуация: после прогулки ботинки Васи грязные и мокрые. Он поставил их у батареи сушит ься.
Вопросы и задания:
Какие ошибки допустил Вася? (мокрую обувь нельзя ставить у батареи — она испортится).
Составь правильный алгоритм ухода за обувью: снять шнурки, очистить щёткой, протереть в лажной тряпкой, высушить при комнатной температуре, смазать кремом.
Выбери инструменты для ухода: щётка, крем, тряпка, газета (для сушки внутри).
Покажи по карточкам, как чистить ботинки — от носка к заднику или наоборот?
Придумай короткое правило: «Чищу обувь каждый день после прогулки».
Цель: закрепить навыки ухода за обувью, сформировать ответственное отношение к личным вещам.

**Серия кейсов по разделу «О вкусной и здоровой пище»**

Раздел направлен на формирование у обучающихся знаний и умений, связанных с правильным питанием, его ролью в сохранении здоровья, а также навыков, способствующих социальной адаптации

Кейс 1. «Составь здоровый завтрак» (приложение № 3.1)
Ситуация: Саша на завтрак съел шоколадку и выпил газировку. Он чувствует себя уставшим и не может сосредоточиться на уроках.
Вопросы и задания:
Почему такой завтрак не подходит для начала дня?
Выбери из списка продукты для здорового завтрака: каша, бутерброд с маслом, яблоко, чипс ы, йогурт, печенье, омлет, сок, чай с сахаром.
Составь меню завтрака из 2–3 блюд, чтобы оно было питательным и полезным.
Объясни, почему важно завтракать каждый день.
Придумай девиз о пользе завтрака: «Здоровый завтрак — …»
Цель: сформировать представление о правильном завтраке, его роли в поддержании энергии и работоспособности.
Кейс 2. «Сортировка продуктов: полезные и вредные» (приложение № 3.2)
Ситуация: в холодильнике и на столе лежат разные продукты. Нужно разложить их на две гр уппы.
Вопросы и задания:
Раздели продукты на две группы: полезные и вредные для здоровья. Список: яблоки, чипсы, морковь, газировка, творог, конфеты, кефир, колбаса копчёная, бананы, сухарики со вкусом.
Объясни, почему чипсы и газировка считаются вредными?
Назови 3 продукта, которые дают энергию надолго (каши, фрукты, орехи).
Составь «Зелёный список» — 5 продуктов, которые можно есть каждый день.
Приведи пример: что можно съесть вместо конфеты, если хочется сладкого?
Цель: научить различать полезные и вредные продукты, сформировать осознанный выбор пищи.
Кейс 3. «Режим питания» (приложение № 3.3)
Ситуация: Миша ест один раз в день вечером, а днём перекусывает чипсами и конфетами. Он часто чувствует слабость и головокружение.
Вопросы и задания:
Сколько раз в день нужно есть? (3–4 раза).
Составь режим питания на день: завтрак, обед, полдник, ужин.
Распредели блюда по приёмам пищи: каша, суп, творог с фруктами, котлеты с картофельным пюре.
Почему важно есть регулярно, а не пропускать приёмы пищи?

Придумай правило: «Я ем … раз в день, потому что…»
Цель: сформировать понимание режима питания, его влияния на самочувствие и работоспосо бность.
Кейс 4. «Витамины на тарелке» (приложение № 3.4)
Ситуация: Катя зимой часто болеет. Мама говорит, что ей не хватает витаминов.
Вопросы и задания:
Какие продукты богаты витаминами? Выбери: апельсины, картофель, яблоки, морковь, капус та, печенье, бананы.
Для чего нужны витамины? (чтобы быть здоровым, сильным, не болеть).
Соотнеси витамин и продукт: витамин С — апельсины, витамин А — морковь, витамин D — молоко.
Составь меню на день с продуктами, богатыми витаминами.
Нарисуй «Витаминный плакат» с картинками фруктов и овощей.
Цель: познакомить с понятием витаминов, их источниками и значением для здоровья.

**Серия кейсов по разделу «Мир полезных устройств и машин»**

Раздел направлен на формирование знаний и умений, связанных с использованием транспорта, средств связи и других полезных устройств в повседневной жизни [4].
Кейс 1. «Виды транспорта» (приложение № 4.1)
Ситуация: вам нужно добраться из пункта А в пункт Б. Расстояние — 500 км. В вашем распоряжении есть автомобиль, поезд, самолёт и корабль.
Задача: выбрать оптимальный вид транспорта, учитывая время, стоимость и удобство.
Вопросы для обсуждения:
Какие преимущества и недостатки у каждого вида транспорта?
Какой транспорт подойдёт для срочной поездки?
Какой вариант будет самым экономичным?
Цель: обучающиеся должны научиться классифицировать транспорт по назначению (наземный, воздушный, водный) и выбирать оптимальный вариант в зависимости от условий.
Кейс 2. «Правила поведения на остановке» (приложение № 4.2)
Ситуация: вы с друзьями ждёте автобус на остановке. Вокруг много людей. Кто-то толкается, громко разговаривает, выходит на проезжую часть.
Задача: определить, какие правила поведения нарушаются, и предложить правильное поведение.
Вопросы:
Где нужно ждать транспорт?
Как вести себя на остановке?
Что делать, если кто-то мешает?
Цель: обучающиеся должны вспомнить правила поведения на остановке (не толкаться, не выходить на проезжую часть, вести себя спокойно) и научиться применять их на практике.
Кейс 3. «Уступить место» (приложение № 4.3)
Ситуация: вы сидите в автобусе. В салон заходит пожилая женщина с тяжёлыми сумками.
Задача: решить, как поступить в этой ситуации.
Вопросы:
Нужно ли уступать место? Кому?
Как вежливо предложить место?
Что делать, если вы сами устали и хотите сидеть?
Цель: обучающиеся должны понять, что нужно уступать место пожилым людям, инвалидам, беременным женщинам, пассажирам с детьми, и научиться делать это вежливо.
Кейс 4. «Оплата проезда» (приложение № 4.4)
Ситуация: вы вошли в автобус. Кондуктор просит оплатить проезд, но у вас нет наличных денег, а карта не работает.
Задача: найти решение проблемы.

Вопросы:
Какие способы оплаты проезда существуют?
Что делать, если нет наличных?
Как избежать подобной ситуации в будущем?
Цель: обучающиеся должны знать о разных видах билетов (разовый, проездной, льготный) и способах оплаты (наличные, карта, электронный проездной), а также научиться планировать свои действия.
Кейс 5. «Безопасность в транспорте» (приложение № 4.5)
Ситуация: вы едете в автобусе, и вдруг начинается резкое торможение.
Задача: определить, как действовать в этой ситуации, чтобы избежать травм.
Вопросы:
Почему важно держаться за поручни?
Что нельзя делать во время движения транспорта?
Как вести себя, если вы стоите?
Цель: обучающиеся должны вспомнить правила безопасности в транспорте (держаться за поручни, не стоять в дверях, не высовываться в окна) и научиться применять их в экстренных ситуациях.

**Серия кейсов по разделу «Семья»**

Раздел направлен на изучение родственных отношений, семейных обязанностей, взаимоотношений между членами семьи [4].
Кейс 1. «Состав семьи» (приложение № 5.1)
Ситуация: Петя рассказывает одноклассникам, что у него большая семья, но не может назват ь всех родственников.
Вопросы и задания:
Составь список членов семьи Пети: мама, папа, бабушка, дедушка, сестра.
Назови, кем приходятся Пете эти люди (мама — родитель, сестра — sibling и т. д.).
Заполни шаблон «Генеалогическое древо» с тремя поколениями: родители, дети, бабушки/де душки.
Приведи примеры дальних родственников (дядя, тётя, двоюродные братья/сёстры).
Объясни, почему важно знать состав своей семьи.
Цель: сформировать представление о составе семьи, понятиях «близкие» и «дальние» родств енники.
Кейс 2. «Семейные обязанности» (приложение № 5.2)
Ситуация: в семье Маши все обязанности выполняет мама. Маша и папа не помогают, счита ют, что это не их дело.
Вопросы и задания:
Какие обязанности есть у разных членов семьи? Распредели: уборка, готовка, покупки, уход за младшими, вынос мусора.
Составь график домашних дел на неделю для семьи из 4 человек (мама, папа, дочь 10 лет, сы н 7 лет).
Придумай правила помощи по дому: «Каждый убирает за собой», «Помогаю, когда просят», «Слежу за своими вещами».
Разыграй ситуацию: мама просит помочь убрать со стола. Покажи два варианта ответа — вежливый и невежливый.
Цель: сформировать понимание семейных обязанностей, воспитать готовность помогать бли зким.
Кейс 3. «Семейный праздник» (приложение № 5.3)
Ситуация: семья готовится к дню рождения бабушки. Нужно решить, кто что будет делать
Вопросы и задания:
Распредели роли: кто готовит, кто украшает комнату, кто выбирает подарок, кто встречает го стей.
Выбери подарок бабушке с учётом её интересов (вязальные спицы, книга, цветы).

Составь меню праздничного стола из трёх блюд, которые можно приготовить вместе с детьми.
Придумай поздравление для бабушки (3–4 предложения).
Покажи, как правильно вручать подарок и говорить поздравление.
Цель: развить навыки совместной деятельности в семье, сформировать традиции празднования.
Кейс 4. «Помощь младшим» (приложение № 5.4)
Ситуация: старший брат Миша не хочет играть с младшей сестрой Катей и не помогает ей одеваться.
Вопросы и задания:
Почему важно помогать младшим? Приведи 2–3 причины.
Составь план, как помочь Кате одеться на прогулку (шапка, куртка, варежки).
Придумай 3 игры, в которые можно поиграть с младшей сестрой.
Разыграй диалог: Катя просит поиграть с ней. Ответь вежливо, даже если занят.
Составь правило: «Я помогаю младшим, потому что…»
Цель: воспитать заботливое отношение к младшим членам семьи, развить эмпатию.
Кейс 5. «Уважение к старшим» (приложение № 5.5)
Ситуация: бабушка просит внука Серёжу помочь донести сумки из магазина, а он отказывается и говорит: «Сама несла, сама и неси!»
Вопросы и задания:
Почему так говорить бабушке нельзя? Объясни.
Как вежливо ответить на просьбу бабушки? Приведи 3 варианта ответа.
Составь список дел, в которых можно помочь бабушке (полить цветы, сходить в магазин, почитать книгу).
Придумай правило: «Я уважаю старших, поэтому…»
Разыграй ситуацию помощи бабушке с сумками.
Цель: сформировать уважительное отношение к старшим членам семьи, научить вежливому общению.
Кейс 6. «Семейные традиции» (приложение № 5.6)
Ситуация: семья Ивановых никогда не отмечает праздники вместе, у них нет никаких традиций.
Вопросы и задания:
Что такое семейные традиции? Приведи 3 примера (совместные прогулки, празднование дней рождения, чтение книг перед сном).
Придумай новую традицию для семьи Ивановых (например, воскресные блины или походы в парк).
Составь план проведения выходного дня по новой традиции: что делать утром, днём, вечером.
Нарисуй значок для новой традиции (например, солнышко и семья).
Расскажи о традициях в своей семье (если есть) или придумай, какие хотел бы завести.
Цель: познакомить с понятием семейных традиций, воспитать интерес к совместному проведению времени.

### 1.4. Критерии и инструменты оценки сформированности социально значимых компетенций в ходе работы с кейсами на уроках ОСЖ

Для оценки сформированности социально значимых компетенций у обучающихся 5 класса с нарушением интеллекта в ходе работы с кейсами на уроках «Основы социальной жизни» можно использовать адаптированный чек-лист, учитывающий их психофизические особенности и уровень развития. Критерии должны быть конкретными, измеримыми и ориентированными на практические навыки, необходимые в повседневной жизни.

**Критерии оценки**

Коммуникативные навыки:

- умение обратиться за помощью
- способность поддержать простой диалог по теме кейса;
- использование базовых правил речевого этикета
- реакция на невербальные сигналы (мимику, жесты) других участников.

**Умение работать в группе**:

- участие в совместной деятельности под руководством взрослого;
- способность следовать простым правилам в группе
- реакция на эмоции других участников

**Понимание социальной ситуации**:

- способность осмыслить проблему, описанную в кейсе;
- умение выделить ключевые элементы ситуации
- понимание своих действий в рамках кейса

**Применение базовых норм и правил**:

- знание простых правил поведения в общественных местах
- умение реагировать на сигналы опасности
- соблюдение норм безопасности в рамках ситуации кейса.

**Эмоционально-волевая регуляция**:

- способность успокаиваться после эмоционального всплеска с помощью взрослого;
- умение выполнять простые инструкции и доводить до конца задание в рамках кейса.

**Ориентация в социальном окружении**:

- знание своего имени, фамилии, возраста;
- умение назвать членов семьи, учителя, одноклассников;
- понимание своей роли в ситуации кейса (например, роль ученика, члена семьи).

**Шкала оценки**

Для оценки можно использовать 5-балльную систему, адаптированную под возможности детей с интеллектуальными нарушениями:

| Балл | Характеристика |
|---|---|
| 0 | Действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с педагогом. |
| 1 | Смысл действия понимает фрагментарно и выполняет задание с большим количеством ошибок, выполнение действия связывает с конкретной ситуацией, выполняет задание только по инструкции педагога, или не воспринимает помощь. |
| 2 | Выполняет действие после первичной и дополнительных фронтальной, групповой или индивидуальной инструкций. Нуждается в активной помощи педагога. Помощь использует с трудом, с ошибками. В отдельных случаях способен выполнить его самостоятельно. |
| 3 | Способен самостоятельно выполнять действие в определённых ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет после индивидуальной помощи педагога. |
| 4 | Выполняет задание после первичной и дополнительной фронтальной инструкции с 1–2 незначительными ошибками. Хорошо использует незначительную помощь педагога. |
| 5 | Выполняет действие после первичной инструкции педагога без помощи и без ошибок или с одной незначительной ошибкой, которую сам исправляет после самопроверки. В помощи педагога почти не нуждается. |

**Чек-лист оценки сформированности социально значимых компетенций в ходе работы с кейсами на уроке.**

| Критерий | Индикаторы | Оценка (0–5) |
|---|---|---|
| Коммуникативные навыки | Обратился за помощью | |
| | Поддержал диалог по теме кейса | |
| | Использовал вежливые слова | |
| Умение работать в группе | Участвовал в совместной деятельности | |
| | Следовал правилам в группе | |
| | Проявил эмпатию к другим участникам | |
| Понимание социальной ситуации | Освоил суть кейса | |
| | Выделил ключевые элементы ситуации | |
| | Понял свои действия в ситуации | |
| Применение базовых норм и правил | Знал и соблюдал правила поведения | |
| | Реагировал на сигналы опасности | |
| Эмоционально-волевая регуляция | Успокаивался с помощью взрослого | |
| | Выполнял инструкции и довёл задание до конца | |
| Ориентация в социальном окружении | Назвал своё имя, возраст | |
| | Назвал членов семьи, учителя | |
| | Понял свою роль в ситуации кейса | |

**Заключение**

Систематическое внедрение предложенной методической разработки в образовательный процесс приведёт к комплексным позитивным изменениям,
как на уровне обучающихся, так и на уровне педагогической практики.

**Изменения в развитии обучающихся**

- дети научатся ориентироваться в бытовых и социальных ситуациях
- сформируются базовые навыки самостоятельности, снизится зависимость от помощи взрослых
- улучшится способность вступать в диалог, задавать вопросы, выражать свои желания и потребности;
- уроки станут интереснее и понятнее благодаря наглядности и практической направлен ности кейсов
- у обучающихся появится больше «ситуаций успеха», что повысит самооценку и жела ние учиться.

**Изменения в педагогической практике**

- учителя получат инструменты для адаптации заданий под уровень каждого ученика
- увеличится разнообразие форм и методов обучения на уроках ОСЖ.
- освоение кейс-технологии расширит методический арсенал учителя
- появится возможность тиражировать успешный опыт на методических объединениях и конференциях

Использование методической разработки позволит педагогам не просто преподавать предмет «Основы социальной жизни», а целенаправленно готовить обучающихся с нарушением инте ллекта к реальной жизни. Кейс-технология станет мостом между учебными занятиями и повс едневными задачами, помогая детям обрести уверенность, навыки и самостоятельность.

**Список литературы**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1599).
2. Андрианова Е. П., Давыдова Л. И. Кейс-метод в образовательном процессе: теория и практика. — Казань: КФУ, 2017.
3. Воронкова В. В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5–9 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида. — М.: ВЛАДОС, 2006.
4. Комарова С.В. Александрова Е.Л. «Основы социальной жизни» 5 класс Москва «Просвещение» 2023
5. Петрова В. Г., Белякова И. В. Психология умственно отсталых школьников. — М.: Академия, 2002.
6. Субчева В. П. Методические рекомендации к урокам «Основ социальной жизни» для 5–9 классов коррекционных школ. — М., 2018.
7. Трофимова Ю. Н. Использование кейс-технологии по формированию профессиональных компетенций обучающихся с интеллектуальными нарушениями в работе учителя-дефектолога // Педагогический журнал. — 2023. — № 4.

Электронные ресурсы:

https://ikp-rao.ru/?ysclid=mp50sb13g4432207708

https://ro-edu.ru/category/education/

https://iro23.ru/?ysclid=mp50ymc6j4751524926

# Кейс 1. «Утро начинается с гигиены»

**Ситуация:**

Саша проснулся и сразу сел играть в компьютер. Он не умылся, не почистил зубы и позавтракал, не помыв руки.



**Найди ошибки в поведении Саши.**

- Саша не умылся.
- Не почистил зубы.
- Не помыл руки перед завтраком.
- Сразу сел играть в компьютер.

**Правильный утренний план действий**

1. Проснуться и сделать зарядку.
2. Умыться.
3. Почистить зубы.
4. Помыть руки.
5. Позавтракать.
6. Собраться и быть готовым к делам!



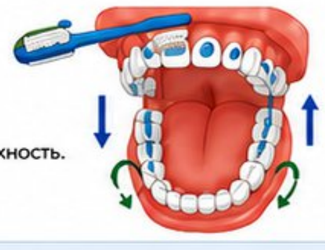
**Почему важно умываться и чистить зубы утром?**

- Умывание смывает грязь и пот, помогает проснуться.
- Чистка зубов убирает налёт и микробы, защищает от кариеса и неприятного запаха.
- Чистые руки защищают от микробов и помогают не заболеть.



**Как правильно чистить зубы?**

- Для верхних зубов — движением сверху вниз.
- Для нижних зубов — движением снизу вверх.
- Чисти каждый участок: снаружи, внутри и жевательную поверхность.
- Время чистки — не меньше 2 минут.



**Цель:** закрепить навыки утренней гигиены, сформировать понимание причинно-следственных связей между гигиеной и здоровьем.

**1. Найди ошибки в поведении Саши.** Отметь ✕ неверные действия.



☐ ☐ ☐ ☐ ☐

**2. Составь правильный утренний план действий.**

Расставь карточки в правильном порядке (1–6).



Умыться ☐ | Почистить зубы ☐ | Проснуться и сделать зарядку ☐ | Позавтракать ☐ | Помыть руки ☐ | Собраться и быть готовым к делам ☐

**3. Соедини причины и следствия.**

| | | |
|---|---|---|
| Умываешься | • | • Свежее дыхание и чистые зубы |
| Чистишь зубы | • | • Защита от микробов и болезней |
| Моешь руки | • | • Чистая кожа и хорошее настроение |

**4. Выбери правильный ответ.**

Сколько времени нужно чистить зубы?

- ○ 30 секунд
- ○ 1 минута
- ○ Не меньше 2 минут

В каком направлении чистим верхние зубы?

- ○ Снизу вверх
- ○ Сверху вниз
- ○ Влево-вправо

В каком направлении чистим нижние зубы?

- ○ Сверху вниз
- ○ Снизу вверх
- ○ По кругу

**5. Покажи на муляже, как правильно чистить зубы.**

Нарисуй стрелки на схеме.



Верхние зубы ☐



Нижние зубы ☐

1

# УХОД ЗА ВОЛОСАМИ



## Почему это важно?

Волосы нужно регулярно мыть, расчёсывать и беречь. Правильный уход делает волосы чистыми, красивыми и здоровыми!

## Какие ошибки допустила Маша?



Маша редко моет голову.



Маша пользуется чужой расчёской.



Маша сушит волосы феном каждый день.

## Как правильно ухаживать за волосами?



Мой волосы по мере загрязнения, примерно 2–3 раза в неделю.



Пользуйся только своей расчёской.



Расчёсывайся утром и вечером аккуратно.



Фен используй редко и на холодном или тёплом воздухе.

## Почему нельзя пользоваться чужой расчёской?



На чужой расчёске могут быть микробы и паразиты (например, вши), которые могут вызвать зуд, перхоть и болезни кожи головы.

Пользуйся только своей личной расчёской!

## Памятка «Правила ухода за волосами»

- Мой волосы тёплой водой.
- Используй подходящий шампунь.
- Пользуйся своей расчёской.
- Расчёсывайся утром и вечером.
- Не суши волосы феном каждый день.
- Следи за чистотой волос и головы!



2

# ЗАДАНИЯ

**1. Какие ошибки в уходе за волосами допустила Маша?**

Соотнеси картинку и ошибку.

1



2



3



А Редко моет голову.

Б Пользуется чужой расчёской.

В Сушит волосы феном каждый день.

**2. Как часто нужно мыть волосы?**

Выбери правильный ответ.



- ◯ Каждый день
- ◯ Раз в неделю
- ◯ Раз в месяц

**3. Почему нельзя пользоваться чужой расчёской?**

Выбери правильный ответ.

- ◯ Потому что она красивая.
- ◯ Потому что на ней могут быть микробы и паразиты, которые вызывают болезни.
- ◯ Потому что она неудобная.



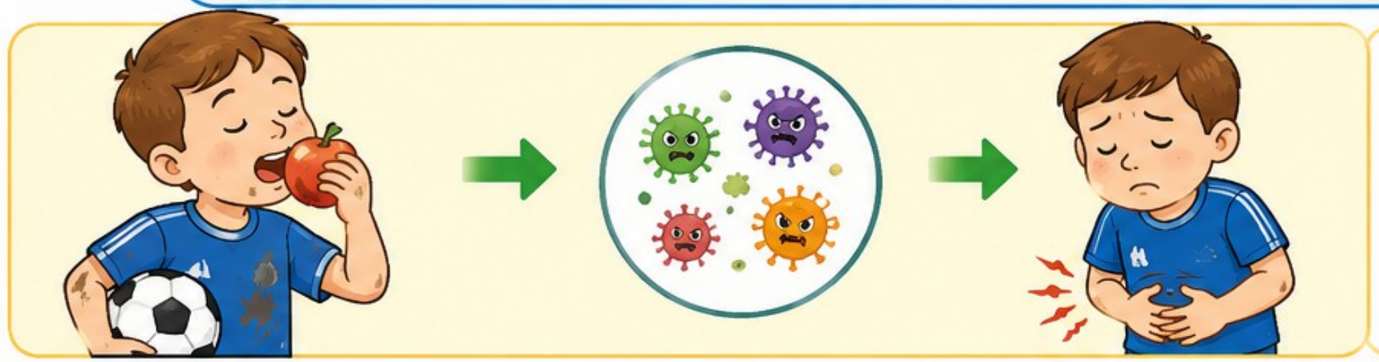
**4. Составь памятку «Правила ухода за волосами».**

Расположи фразы в правильном порядке, пронумеровав их от 1 до 5.

- ☐ Мой волосы тёплой водой.
- ☐ Пользуйся своей расчёской.
- ☐ Расчёсывайся утром и вечером.
- ☐ Используй подходящий шампунь.
- ☐ Не суши волосы феном каждый день.



# ЧИСТЫЕ РУКИ — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!



**Почему у Вовы заболел живот?**

На грязных руках после игры остаются микробы и грязь. Если не помыть руки перед едой, микробы попадают в организм и вызывают болезнь.

## КОГДА ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО МЫТЬ РУКИ?



После прогулки



После туалета



Перед едой



После кашля и чихания



После общения с животными



После мусора и грязных дел



После поездки в транспорте

## ПРАВИЛЬНАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ МЫТЬЯ РУК
























**НАШЕ ПРАВИЛО:**

**Чистые руки — ЗДоровый ты!**

**Мой руки всегда, и болезни — беда!**



## Кейс 5. Гигиена полости рта

Коля чистит зубы один раз в день, быстро и небрежно. Он не пользуется зубной нитью и редко меняет зубную щётку.

### Какие ошибки в гигиене полости рта допускает Коля?

- ✗ Чистит зубы только один раз в день.
- ✗ Чистит зубы быстро и небрежно.
- ✗ Не пользуется зубной нитью.
- ✗ Редко меняет зубную щётку.



### Сколько раз в день нужно чистить зубы?

Зубы нужно чистить 2 раза в день:

- утром после завтрака
- вечером перед сном



Утром



Вечером



### Почему это важно?

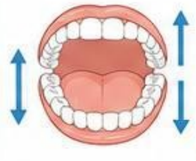
Чистка зубов удаляет налёт и остатки пищи. Это помогает избежать кариеса, неприятного запаха изо рта и других проблем.

### Плакат: Правила чистки зубов

1. Чисти зубы утром и вечером.



2. Делай движения сверху вниз на верхней челюсти и снизу вверх — на нижней.



3. Чисти внутреннюю, внешнюю и жевательную поверхности.



4. Не забывай про язык!



5. Полощи рот после еды или чистки зубов.



**Здоровые зубы — красивая улыбка и хорошее настроение!**

## Задания

**1** **Какие ошибки в гигиене полости рта допускает Коля? Отметь все правильные ответы.**



- ☐ Чистит зубы только один раз в день.
- ☐ Чистит зубы быстро и небрежно.
- ☐ Не пользуется зубной нитью.
- ☐ Редко меняет зубную щётку.

**2** **Сколько раз в день нужно чистить зубы? Почему? Выбери правильный ответ и отметь причину.**

| 1 раз в день | 2 раза в день | 3 раза в день |
|---|---|---|
| ○ | ○ | ○ |

**Почему это важно? Отметь.**

- ☐ Это помогает убрать налёт и остатки пищи.
- ☐ Это делает зубы крепкими и здоровыми.
- ☐ Это предотвращает кариес и неприятный запах изо рта.

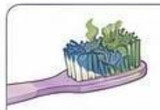
**3** **Как понять, что пора менять зубную щётку? Отметь правильные признаки.**



Щетинки распушились и торчат в разные стороны. ○



Щетинки стёрлись и стали короткими. ○



Появился неприятный запах. ○

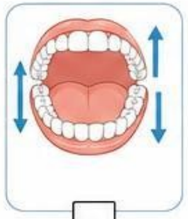


Прошло больше 3 месяцев с момента покупки. ○

**4** **Составь плакат «Правила чистки зубов». Впиши номера правил по порядку.**



☐



☐



☐



☐



☐



# Кейс 4. Уход за ногтями

Петя не стрижёт ногти, они у него длинные и грязные. Он чешет ими голову и трогает лицо.

## Чем опасны длинные и грязные ногти?

- Под ногтями скапливаются микробы и грязь.
- Можно заболеть: живот, простуда, инфекции.
- Можно поцарапать лицо и кожу.
- Ногти могут сломаться и причинить боль.

## Как часто нужно стричь ногти?

Ногти нужно стричь

**раз в неделю.**



## Инструкция: Как правильно стричь ногти



1. Вымой руки с мылом.



2. Возьми чистые ножницы (или книпсер).



3. Аккуратно подстриги ногти прямо, не очень коротко.



4. Вымой руки ещё раз.

## Какая должна быть длина ногтей?

**ПРАВИЛЬНО**

Ногти короткие, чистые. Видна только белая полоска.



**НЕПРАВИЛЬНО**

Ногти длинные, грязные.
Под ними грязь.



**Чистые ногти — залог здоровья!**

## Задания

**1** Чем опасны длинные и грязные ногти? Соедини картинку и объяснение.









- Можно поцарапать лицо и кожу.
- Можно заболеть: живот, простуда, инфекции.
- Под ногтями скапливаются микробы и грязь.
- Ногти могут сломаться и причинить боль.

**2** Как часто нужно стричь ногти? Выбери правильный ответ.

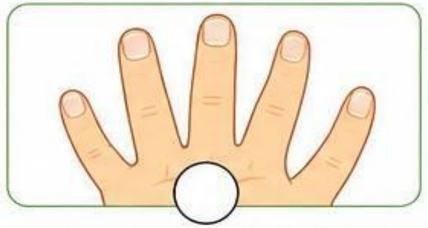
- ○ раз в неделю
- ○ раз в месяц
- ○ раз в год

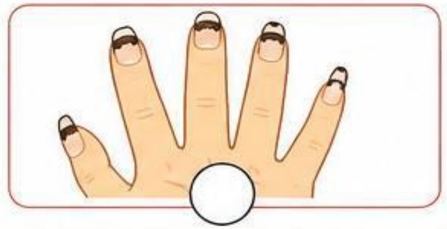
**3** Поставь номера действий в правильном порядке, чтобы получилась инструкция «Как правильно стричь ногти».

- ☐ Вымой руки ещё раз.
- ☐ Аккуратно подстриги ногти.
- ☐ Возьми чистые ножницы (или книпсер).
- ☐ Вымой руки с мылом.



**4** Отметь, какая длина ногтей правильная.







# Кейс 6. Душ и смена одежды

Игорь принимает душ раз в неделю, носит одну футболку несколько дней подряд и редко меняет носки.

## Почему важно регулярно принимать душ и менять одежду?

Душ смывает грязь, пот и бактерии. Это помогает оставаться чистым и здоровым.

Чистое тело и одежда защищают от неприятного запаха и инфекций.

Чистая одежда — это уважение к себе и к окружающим.



## Как часто нужно?

| Принимать душ | Менять футболку | Менять носки |
|---|---|---|
|  |  |  |
| Каждый день | Каждый день | Каждый день |

### Подсказка



Чистое тело и свежая одежда помогают чувствовать себя уверенно, легко заводить друзей и быть здоровым!

**Чистое тело и одежда — залог здоровья и хорошего настроения!** 😀

Приложение 1.6.

## Задания

**1** **Почему важно регулярно принимать душ и менять одежду? Отметь все правильные ответы.**



- ☐ Это помогает сохранить чистоту и здоровье.
- ☐ Это защищает от неприятного запаха и бактерий.
- ☐ Это не имеет значения, если одежда не грязная.
- ☐ Это проявление уважения к себе и к другим людям.

**2** **Как часто нужно? Выбери правильный ответ.**

**Как часто нужно принимать душ?**



- ○ Раз в неделю
- ○ Через день
- ○ Каждый день

**Как часто нужно менять футболку?**



- ○ Раз в неделю
- ○ 2-3 раза в неделю
- ○ Каждый день

**Как часто нужно менять носки?**



- ○ Раз в неделю
- ○ 2-3 раза в неделю
- ○ Каждый день

**3** **Распредели предметы одежды по частоте смены. Перетащи предметы в нужный столбец.**




| Ежедневно | 2–3 раза в неделю | По мере загрязнения |
|---|---|---|
| | | |

**4** **Составь график личной гигиены на неделю. Отметь галочками.**

| Правило | Пн | Вт | Ср | Чт | Пт | Сб | Вс |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Душ — каждый день | | | | | | | |
| Смена носков — каждый день | | | | | | | |
| Смена футболки — каждый день | | | | | | | |
| Стирка одежды — раз в неделю | | | | | | | |

### Совет

Соблюдай гигиену каждый день — и ты будешь здоровым, чистым и уверенным в себе!



Приложение 1.7.

# Кейс 7. Использование личных предметов гигиены



Лена даёт свою расчёску подругам, пользуется чужим полотенцем и зубной щёткой.



## Почему нельзя делиться личными предметами гигиены?



На предметах гигиены могут оставаться микробы и бактерии. Если пользоваться можно заразиться и заболеть.





## Почему важно иметь свои личные предметы гигиены?

- Это защищает от микробов и инфекций.
- Это помогает сохранить здоровье.
- Это проявление уважения к себе и к другим.



**Запомни!**

Личные предметы гигиены должны быть только у тебя. Не пользуйся чужими и не давай свои другим!



**Твои личные вещи — твоя защита и забота о здоровье!** 😀

## Задания

**1** **Почему нельзя делиться личными предметами гигиены? Отметь все правильные ответы.**



- ☐ Потому что на них могут быть микробы.
- ☐ Потому что можно заразиться и заболеть.
- ☐ Потому что это дороже и лучше хранить только у себя.
- ☐ Потому что это личные вещи каждого человека.

**2** **Какие предметы должны быть строго индивидуальными? Выбери из списка.**



Расчёска ○



Полотенце ○



Зубная щётка ○



Мыло ○



Мочалка ○



Шампунь ○

**3** **Раздели предметы на две группы: личные и общие.**



Расчёска



Зубная щётка



Мыло



Шампунь



Полотенце



Мочалка

| Личные (только мои) | | Общие (могут использоваться другими) | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |

**Совет**

Храни свои личные предметы гигиены отдельно от других. Подписывай их или используй яркие наклейки!



# КЕЙС 1. УБОРКА КОМНАТЫ

Приложение 2.1.

## 1. СОСТАВЬ ПЛАН УБОРКИ




## 2. ВЫБЕРИ НУЖНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ




## 3. РАССТАВЬ ЭТАПЫ ВЛАЖНОЙ УБОРКИ ПОЛА ПО ПОРЯДКУ




## 4. КАК ПРАВИЛЬНО ВЫТИРАТЬ ПЫЛЬ С МЕБЕЛИ?







### ПАМЯТКА

- Убирай по порядку.
- Используй нужные инструменты.
- Двигайся от чистого к грязному.
- Сначала сухая уборка, затем — влажная.
- Поддерживай чистоту каждый день!



# Кейс 2. Уход за комнатными растениями

**Приложение 2.2.**

## 1. Почему один цветок вянет?

Не хватает воды.



**Решение:**
полить растение.

## 2. Почему второй слишком мокрый?

Его слишком часто поливают.



**Решение:**
уменьшить полив, дать почве просохнуть.

## 3. Почему третий растёт хорошо?

Ему хватает света и правильного ухода.



**Молодец!**
Так и должно быть!

## 4. Как понять, что растение нужно полить?

Потрогай землю пальцем — сухая или влажная?



Сухая земля
→ пора поливать.



Влажная земля
→ поливать пока не нужно.

## 5. Как правильно поливать растение?

**Правильно — под корень**



Поливай под корень, на почву.

**Неправильно — на листья**



Не лей воду на листья — это может вызвать пятна и болезни.

## 6. Памятка «Как ухаживать за комнатными цветами»



**1. Поливай по мере высыхания почвы.**

Не переливай и не забывай поливать.



**2. Протирай листья от пыли.**

Чистые листья лучше дышат и блестят.



**3. Ставь на свет.**

Растения любят свет, но не прямые жгучие лучи.

**4. Заботься и наблюдай.**

Замечай изменения, реагируй вовремя — и цветы будут радовать тебя!

### Запомни!

- Вода нужна, но в меру.
- Чистота и свет — друзья растений.
- Наблюдай и заботься — и растения скажут тебе «спасибо» своим ростом и красотой!



# Кейс 3. «Стирка мелких вещей вручную»

Маша испачкала фартук на уроке труда.
Ей нужно постирать его дома.

## 1. Подготовь всё необходимое для стирки:



тазик | мыло | вода | прищепки

## 2. Алгоритм стирки фартука вручную:

1. Налить тёплую воду в тазик.



2. Намочить вещь в воде.



3. Намылить загрязнённое место.



4. Потереть загрязнённое место руками.



5. Прополоскать вещь в чистой воде.



6. Отжать лишнюю воду.



7. Повесить сушиться на верёвку с прищепками.



## 3. Почему вода должна быть тёплой, а не горячей?

- ✓ Тёплая вода лучше удаляет грязь и мыло.
- ✓ Горячая вода может «закрепить» пятна – они въедаются сильнее.
- ✓ Горячая вода может повредить ткань – вещь может сесть или потерять цвет.



**Вывод: тёплая вода – безопасно и эффективно!**

## 4. Выбери безопасное место для сушки:



На батарее – нельзя! Вещь может пересохнуть, стать жёсткой и деформироваться, а ещё это может быть опасно (горячо).



На верёвке у окна – лучший выбор! Есть воздух, свет и вещь хорошо просохнет.



На стуле – можно, но не всегда удобно: вещь может помяться, а стул использовать будет нельзя.

**Лучший выбор: на верёвке у окна.**

## 5. Разыграйте ситуацию стирки!

Используйте муляж фартука и игрушечные принадлежности.
Покажите все этапы стирки и сушки.



## 6. Правила безопасности:

- Не используй горячую воду – можно обжечься.
- Не бери слишком много мыла – его сложно выполоскать.
- Если нужно – попроси помощи взрослых.
- Не разливай воду на пол – может быть скользко.
- Суши вещь в безопасном месте, подальше от огня и нагревательных приборов.

## ПОМНИ:

Чистые вещи – это аккуратность, забота о себе и своих близких!



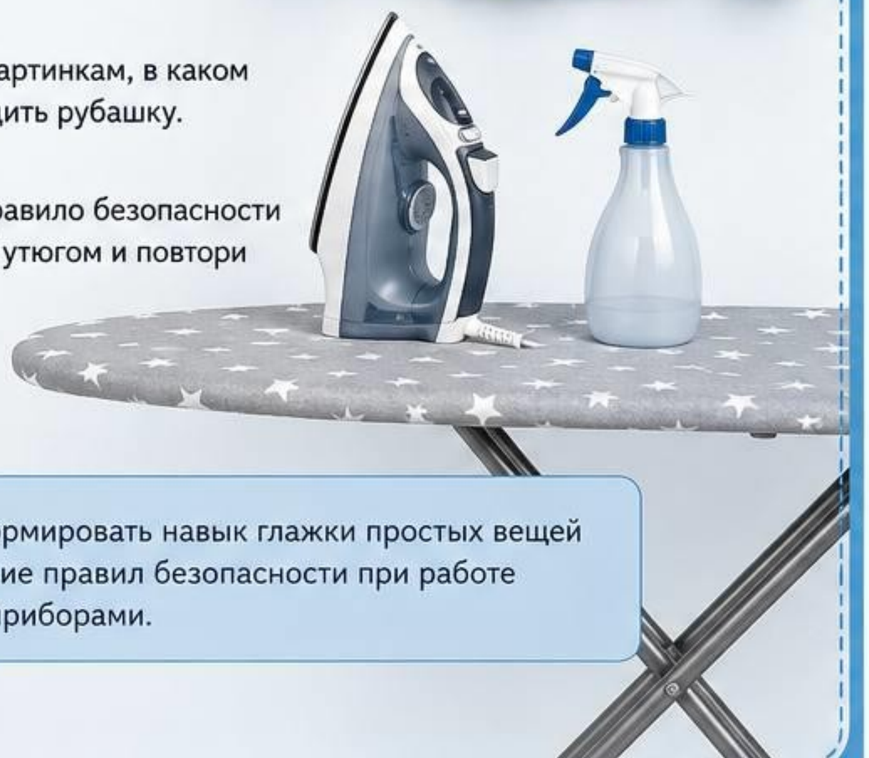
# Кейс 4. «Глажка белья»



**Ситуация:** мама постирала и высушила рубашку для Пети, но она мятая. Нужно её погладить.

## Твои задачи:

- Назови инструменты для глажки.
- Проверь, можно ли гладить эту ткань (посмотри на ярлык).
- Составь инструкцию «Как безопасно гладить».
- Покажи по картинкам, в каком порядке гладить рубашку.
- Придумай правило безопасности при работе с утюгом и повтори его вслух.



**Цель:** сформировать навык глажки простых вещей и понимание правил безопасности при работе с электроприборами.

Приложение 2.4.

## Задание 1. Что нужно для глажки?

Выбери правильные ответы.



Утюг ☐



Гладильная доска ☐



Спрей для отпаривания ☐



Фен ☐



Кастрюля ☐



Игрушка ☐

## Задание 2. В каком порядке гладить рубашку?

Рассмотри картинки и расставь правильный порядок.
Напиши цифры от 1 до 5.



Воротник ☐



Манжеты ☐



Рукава ☐



Спинка ☐



Полочки ☐

**Помни о безопасности!**

- Не оставляй утюг без присмотра.
- Ставь утюг на подставку.
- Не трогай горячую подошву утюга.
- Держи провод в стороне.



Придумай своё правило безопасности при работе с утюгом и повтори его вслух!

_____

_____

_____

# Кейс 5. «Проветривание помещения»

**Ситуация:** в комнате душно, пахнет едой, окна закрыты уже два дня.



## Задачи:

- Почему важно проветривать комнату? (чтобы был свежий воздух, меньше микробов).
- Когда нужно проветривать? (утром, после готовки, после уборки, перед сном).
- Сколько минут достаточно для проветривания?
- Составь график проветривания комнаты на день: утром 15 мин, после обеда 10 мин, вечером 20 мин.
- Покажи, как открыть окно безопасно (не высовываться, не ломать ручку).

**Цель:** воспитать привычку регулярно проветривать помещение, сформировать понимание связи свежего воздуха и здоровья.

Приложение 2.5.

### 1. Почему важно проветривать комнату?

Выбери правильные ответы.



Чтобы был свежий воздух ☐



Меньше микробов и болезней ☐



Чтобы было больше пыли ☐



Чтобы стало душнее ☐

### 2. Когда нужно проветривать комнату? Выбери все подходящие варианты.



Утром ☐



После готовки ☐



После уборки ☐



Перед сном ☐

### 3. Сколько минут достаточно для проветривания? Выбери один вариант.



5 минут ☐



15 минут ☐



1 час ☐

### 4. Составь график проветривания комнаты на день. Соедини время и длительность.

| | |
|---|---|
| Утром | 10 минут |
| После обеда | 15 минут |
| Вечером | 20 минут |

### 5. Как открыть окно безопасно?

Выбери правильные действия.



Открыть окно, не высовываться ☐



Высовываться из окна ☐



Ломать ручку окна ☐



Вставать на стул ☐

# КЕЙС 6. УХОД ЗА ОБУВЬЮ

Приложение 2.6.

## 1. КАКИЕ ОШИБКИ ДОПУСТИЛ ВАСЯ?



**Мокрую обувь нельзя ставить у батареи** — она испортится (кожа пересохнет, потрескается, клей может отойти).

## 2. ПРАВИЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ УХОДА ЗА ОБУВЬЮ




## 3. ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ УХОДА




## 4. КАК ЧИСТИТЬ БОТИНКИ?




Главное — двигаться в одном направлении, не тереть кругами.

## 5. КОРОТКОЕ ПРАВИЛО

**ЧИЩУ ОБУВЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПОСЛЕ ПРОГУЛКИ.**

## 6. ЗАЧЕМ НУЖНО УХАЖИВАТЬ ЗА ОБУВЬЮ?






# Кейс 1. «Составь здоровый завтрак»

Приложение 3.1.

## 1. Почему такой завтрак не подходит для начала дня?



- ✗ Шоколадка и газировка дают быстрый прилив сил, но ненадолго.
- ✗ Много сахара — резкий подъём и спад энергии.
- ✗ Нет важных питательных веществ: белков, сложных углеводов, витаминов.

Из-за этого Саша чувствует усталость и не может сосредоточиться.

## 2. Выбери из списка продукты для здорового завтрака



✓ каша



✓ бутерброд с маслом



✓ яблоко




✗ чипсы



✓ йогурт



✗ печенье



✓ омлет



✓ сок



✗ чай с сахаром

## 3. Составь меню завтрака из 2–3 блюд

### Пример полезного завтрака:



Каша (овсяная) с ягодами

+



Омлет с овощами

+



Йогурт или яблоко

### Почему это полезно?

- ✓ Каша — даёт энергию надолго.
- ✓ Омлет — источник белка для роста и внимания.
- ✓ Овощи и фрукты — витамины и клетчатка.
- ✓ Йогурт — полезен для пищеварения.

## 4. Почему важно завтракать каждый день?

- Завтрак заряжает энергией на весь день.
- Помогает лучше думать, запоминать и концентрироваться.
- Укрепляет иммунитет и защищает от болезней.
- Поддерживает здоровье пищеварения.
- Улучшает настроение и работоспособность.



## 5. Придумай девиз о пользе завтрака



**«Здоровый завтрак — отличный старт каждого дня!»**



Ешь с утра — и будет круто!
Энергия, здоровье, успех — начинаются с завтрака! 💚

# Кейс 2. «Сортировка продуктов: полезные и вредные»

Приложение 3.2.

## 1. Раздели продукты на две группы

### ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ


яблоки


морковь


творог


кефир


бананы

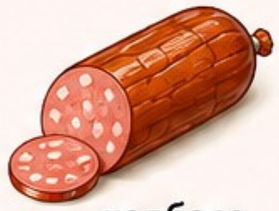
VS

### ВРЕДНЫЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ


чипсы


газировка


конфеты


колбаса копчёная


сухарики со вкусом

## 2. Почему чипсы и газировка считаются вредными?


Чипсы содержат много жира, соли и усилителей вкуса.


Газировка содержит много сахара и вредных добавок.


Они не дают пользы организму, вызывают жажду, портят зубы и могут приводить к лишнему весу.

## 3. 3 продукта, которые дают энергию надолго


Каши


Фрукты


Орехи

## 4. «Зелёный список» — 5 продуктов на каждый день

1. Яблоки
2. Морковь
3. Творог
4. Кефир
5. Бананы



## 5. Что съесть вместо конфеты, если хочется сладкого?

Выбирай полезные сладости:


Фрукты (яблоко, банан)


Сухофрукты (курага, изюм, финики)


Йогурт без сахара


Мёд в небольшом количестве


**Помни:** Правильный выбор продуктов — залог здоровья, энергии и хорошего настроения каждый день!

Приложение 3.3.

# Кейс 3. «Режим питания»

## 1 Сколько раз в день нужно есть?

**3–4 раза в день** ✓




- Организм получает энергию равномерно.
- Не бывает сильного голода и переедания.
- Легче учиться, концентрироваться и быть активным.

## 2 Составь режим питания на день

**ЗАВТРАК**
7:00–8:00
Дает энергию на утро и помогает проснуться.



**ОБЕД**
12:00–13:00
Главный прием пищи для сил и хорошего настроения.





**ПОЛДНИК**
16:00–17:00
Легкий перекус поддерживает силы до ужина.



**УЖИН**
19:00–20:00
Легкий ужин помогает восстановиться после дня.



## 3 Распредели блюда по приёмам пищи



каша → ЗАВТРАК



суп → ОБЕД



творог с фруктами → ПОЛДНИК



котлеты с картофельным пюре → УЖИН

## 4 Почему важно есть регулярно, а не пропускать приёмы пищи?



- Организм получает энергию для учёбы, игр и роста.
- Улучшает внимание, память и работоспособность.
- Поддерживает иммунитет и защищает от болезней.
- Стабильное настроение и меньше усталости.
- Пищеварение работает правильно, нет переедания.

## 5 Придумай правило

*Я ем **3–4 раза** в день, потому что так я получаю энергию, хорошо учусь, меньше устаю и лучше себя чувствую!* ✓

## Советы на каждый день

- Старайся есть в одно и то же время.
- Пей достаточно воды.
- Выбирай полезные продукты.
- Меньше сладостей и чипсов.
- Двигайся и будь активным!

**Помни:** Правильный режим питания — залог здоровья, энергии и отличного настроения каждый день!

# Кейс 4. «Витамины на тарелке»

## 1. Какие продукты богаты витаминами?

Выбери полезные продукты.



✓ апельсины



✗ картофель



✓ яблоки



✓ морковь



✓ капуста



✗ печенье



✓ бананы

**Правильный выбор:** апельсины, яблоки, морковь, капуста, бананы.

## 2. Для чего нужны витамины?



Чтобы быть здоровым



Чтобы быть сильным



Чтобы не болеть



Чтобы было много энергии



**Витамины — наши помощники для здоровья и хорошего настроения!**

## 3. Соотнеси витамин и продукт

ВИТАМИН C — апельсины



ВИТАМИН A — морковь



ВИТАМИН D — молоко



## 4. Составь меню на день с продуктами, богатыми витаминами

| ЗАВТРАК | ОБЕД | ПОЛДНИК | УЖИН |
|---|---|---|---|
|  Овсяная каша с яблоком, чай |  Овощной суп, салат из капусты и моркови, кусочек хлеба |  Йогурт и банан |  Запечённые овощи (морковь, капуста, брокколи), кусочек рыбы, компот |

Такое меню помогает получать витамины и оставаться здоровым!

## 5. Витаминный плакат



АПЕЛЬСИНЫ (витамин С)



ЯБЛОКИ



МОРКОВЬ (витамин А)

**ВИТАМИНЫ — НАШИ ДРУЗЬЯ!**



КАПУСТА



БАНАНЫ



МОЛОКО (витамин D)

**Запомни:** Витамины нужны каждый день! Ешь больше овощей и фруктов — и будь здоров!

# ВИДЫ ТРАНСПОРТА



Транспорт помогает нам путешествовать,
перевозить людей и грузы.
Весь транспорт можно разделить
на три большие группы.

## НАЗЕМНЫЙ ТРАНСПОРТ

Ездит по земле: по дорогам и рельсам.
К нему относятся автомобиии, автобусы,
поезда, трамваи и др.



**Преимущества:**
- Может ездить почти везде
- Удобно для коротких и средних расстояний

**Недостатки:**
- Может быть медленнее на дальних расстояниях
- Зависит от пробок и дорог

## ВОЗДУШНЫЙ ТРАНСПОРТ

Летает по воздуху.
К нему относятся самолёты, вертолёты
и др.



**Преимущества:**
- Самый быстрый
- Подходит для дальних путешествий

**Недостатки:**
- Дороже других видов транспорта
- Зависит от погоды и аэропортов

## ВОДНЫЙ ТРАНСПОРТ

Плавает по воде: по морям, рекам
и океанам. Это корабли, катера,
паромы и др.



**Преимущества:**
- Может перевозить очень много грузов
- Подходит для дальних морских путешествий

**Недостатки:**
- Самый медленный
- Зависит от погоды и портов

Каждый вид транспорта хорош по-своему!
Выбор зависит от расстояния, времени, стоимости и удобства.

# Кейс 1. «Виды транспорта»




Ситуация: вам нужно добраться из пункта А в пункт Б. Расстояние — 500 км. В вашем распоряжении есть автомобиль, поезд, самолёт и корабль.

Задача: выбрать оптимальный вид транспорта, учитывая время, стоимость и удобство.

## 1. Соотнесите транспорт с его видом (кластер).

**НАЗЕМНЫЙ ТРАНСПОРТ**





**ВОЗДУШНЫЙ ТРАНСПОРТ**



**ВОДНЫЙ ТРАНСПОРТ**



## 2. Выберите правильный ответ.



Какой транспорт лучше выбрать для срочной поездки?

A) Автомобиль
B) Поезд
C) Самолёт
D) Корабль

☐



Какой транспорт будет самым экономичным на расстоянии 500 км?

A) Автомобиль
B) Поезд
C) Самолёт
D) Корабль

☐



Какой транспорт будет самым удобным для перевозки большого количества грузов?

A) Автомобиль
B) Поезд
C) Самолёт
D) Корабль

☐

## 3. Объясните свой выбор.

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ОСТАНОВКЕ

Остановка общественного транспорта – это место, где собирается много людей. Чтобы всем было безопасно и удобно, нужно соблюдать правила.




## Где нужно ждать транспорт?

- ✔ Ждать автобус, троллейбус или маршрутку нужно только на остановке, на посадочной площадке, не выходя на проезжую часть.



## Как вести себя на остановке?

- ✔ Не толкайся, не мешай другим людям.
- ✔ Стой спокойно, не бегай и не кричи.
- ✔ Не подходи к краю проезжей части.
- ✔ Разговаривай тихо, не мешая окружающим.



## Что делать, если кто-то мешает?

- ✔ Вежливо сделай замечание: «Пожалуйста, не толкайтесь».
- ✔ Если человек не реагирует – обратись к взрослым: водителю, полицейскому или другому взрослому человеку.
- ✔ Не вступай в конфликт, сохраняй спокойствие.



**Главное правило:** уважай других и думай о безопасности!
Твое поведение – пример для окружающих.

Приложение 4.2.

## Задания: «Правила поведения на остановке»

**Выбери правильный ответ.**

**1. Где нужно ждать транспорт?**

A) На проезжей части дороги
B) На остановке, на посадочной площадке
C) На тротуаре рядом с дорогой



**2. Как нужно вести себя на остановке?**

A) Толкаться и громко разговаривать
B) Бегать и играть
C) Стоять спокойно и не мешать другим



**3. Что нельзя делать на остановке?**

A) Ждать транспорт на посадочной площадке
B) Выходить на проезжую часть
C) Заходить в автобус, когда он подошёл



**4. Что делать, если кто-то мешает?**

A) Толкнуть его в ответ
B) Сделать замечание или обратиться к взрослым
C) Просто уйти с остановки



**5. Какой знак обозначает место остановки автобуса?**

A) 
B) 
C) 

**Проверь себя: за каждый правильный ответ – 1 балл.**
**Максимум – 5 баллов.**
**Будь внимателен и соблюдай правила на остановке!**

Приложение 4.3.

# Кейс 3. «Уступить место»

В автобус заходит пожилая женщина с тяжёлыми сумками.

## Как поступить правильно?



### Нужно ли уступать место? Кому?

Да, нужно уступать место тем, кто больше в этом нуждается:



пожилым людям



инвалидам



беременным женщинам



пассажирам с детьми

### Как вежливо предложить место?



Будьте вежливы и доброжелательны.
Можно сказать:

- «Пожалуйста, садитесь!»
- «Разрешите вам уступить место!»
- «Вы можете сесть здесь».

### Что делать, если вы сами устали и хотите сидеть?

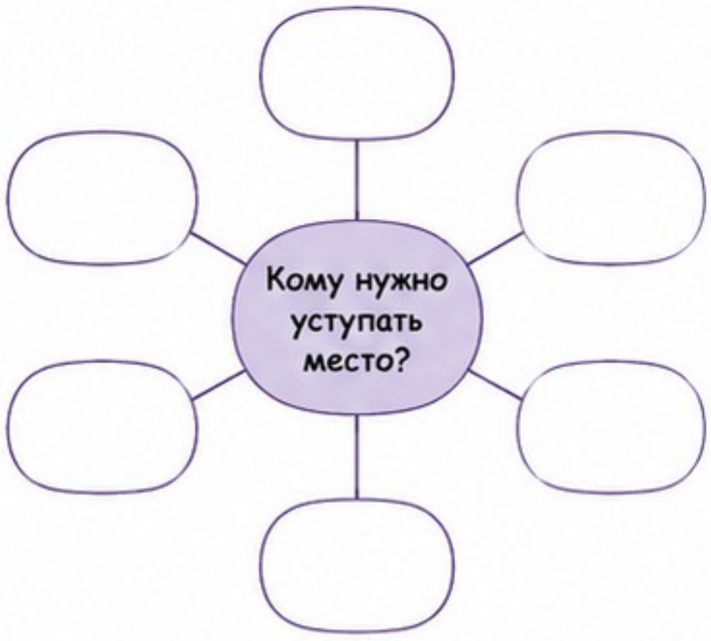
Можно вежливо объяснить:
«Извините, я очень устал(а)».
Но, если есть возможность – лучше уступить место.
Доброта и уважение делают наш мир лучше!

Уступая место, мы проявляем уважение и заботу о других.

# Кейс 3. «Уступить место»

## 1. Кластер

Заполни кластер: кому нужно уступать место в общественном транспорте?




## 2. Соотнеси

Соедини ситуацию с тем, кому нужно уступить место.









- Беременной женщине
- Пассажиру с ребёнком
- Пожилому человеку
- Инвалиду

## 3. Выбери правильный ответ

**1. Нужно ли уступать место в автобусе?**

А) Нет, каждый может сидеть, где хочет.
Б) Да, тем, кто в этом нуждается.
В) Только если просят.

**2. Кому нужно уступать место?**

А) Только пожилым людям.
Б) Пожилым людям, инвалидам, беременным женщинам, пассажирам с детьми.
В) Только детям.

**3. Как вежливо предложить место?**

А) Молча встать и уйти.
Б) Сказать: «Садитесь, пожалуйста».
В) Сказать: «Мне всё равно».

**4. Что делать, если ты очень устал(а)?**

А) Проявить уважение и по возможности уступить место.
Б) Громко сказать, что не будешь вставать.
В) Сделать вид, что не заметил(а).





# Кейс 4. «Оплата проезда»

**Ситуация:**

вы вошли в автобус. Кондуктор просит оплатить проезд, но у вас нет наличных денег, а карта не работает.

**Задача:**

найти решение проблемы.

**Вопросы:**

- Какие способы оплаты проезда существуют?
- Что делать, если нет наличных?
- Как избежать подобной ситуации в будущем?

**Ожидаемый результат:**

учащиеся должны знать о разных видах билетов (разовый, проездной, льготный) и способах оплаты (наличные, карта, электронный проездной), а также научиться планировать свои действия.

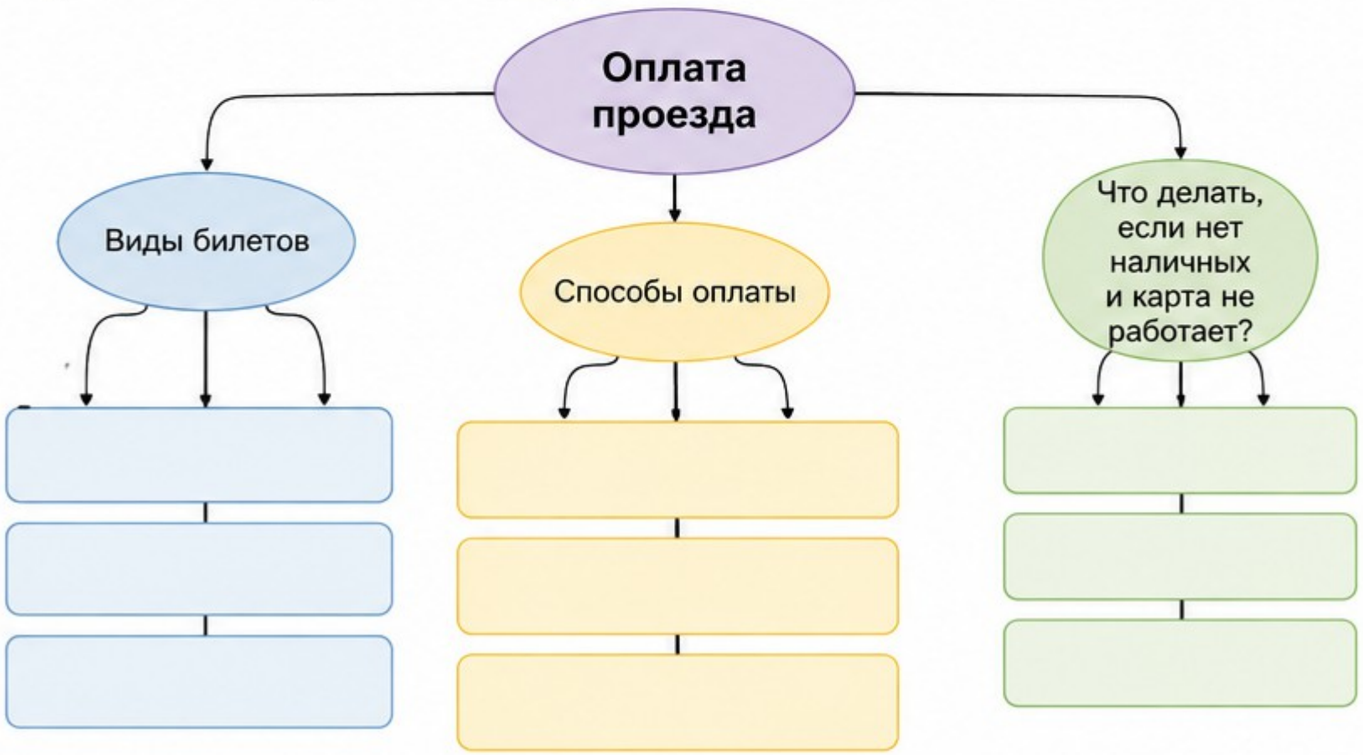
## Задание 1. Соотношение

Соотнесите вид билета (слева) с его описанием (справа).

| | |
|---|---|
| 1. Разовый билет | A. Билет, который позволяет неограниченное количество поездок в течение определённого срока (день, неделя, месяц). |
| 2. Проездной билет | B. Билет для отдельных категорий граждан, предоставляющий право на бесплатный или льготный проезд. |
| 3. Льготный билет | C. Билет на одну поездку в автобусе, троллейбусе или трамвае. |
| 4. Электронный проездной | D. Оплата проезда с помощью транспортной карты или приложения на телефоне. |

## Задание 2. Кластер

Дополните кластер «Оплата проезда».



# Кейс 5. «Безопасность в транспорте»

**Ситуация:** вы едете в автобусе,
и вдруг начинается резкое торможение.

**Задача: определить, как действовать в этой ситуации, чтобы избежать травм.**



## Почему важно держаться за поручни?

Когда автобус резко тормозит, наше тело по инерции движется вперёд. Если не держаться за поручни, можно упасть и получить травму.
Поручни помогают сохранить равновесие и удержаться на месте.




## Что нельзя делать во время движения транспорта?



Высовываться в окна



Стоять в дверях



Перемещаться по салону во время движения

## Если вы стоите в автобусе:

- Крепко держитесь за поручни обеими руками.
- Встаньте устойчиво, ноги на ширине плеч.
- Следите за дорогой и будьте внимательны.
- При резком торможении – приседайте, чтобы сохранить равновесие.



**Помни: твоя внимательность и соблюдение правил помогают сохранить здоровье и жизнь!**

# Задания

Приложение 4.5.

## 1 Соотнеси ситуацию с правильным действием.

| | |
|---|---|
| Резкое торможение автобуса |  Крепко держись за поручни. |
| Ты стоишь в автобусе |  Не высовывайся в окно. |
| Хочешь посмотреть в окно |  Не стой в дверях, отойди вглубь салона. |
| Автобус подходит к остановке |  Подготовься к выходу, но не спеши. |

## 2 Выбери правильный вариант ответа.

**1. Почему важно держаться за поручни во время движения?**

- А) Чтобы удобно было стоять
- Б) Чтобы не упасть при резком торможении
- В) Чтобы не мешать другим пассажирам



**2. Что нельзя делать в автобусе во время движения?**

- А) Сидеть на сиденье
- Б) Высовываться в окно
- В) Смотреть в телефон



**3. Как правильно стоять в автобусе?**

- А) Стоять в дверях
- Б) Держаться за поручни и стоять устойчиво
- В) Ходить по салону





# Кейс 1. «Состав семьи»

**Ситуация:** Петя рассказывает одноклассникам, что у него большая семья, но не может назвать всех родственников.





## 1. Составь список членов семьи Пети.

Напиши, кто входит в его семью.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



## 2. Назови, кем приходятся Пете эти люди.

Соедини линиями.

| | | |
|---|---|---|
| мама | • | • родитель (мама) |
| папа | • | • родитель (папа) |
| сестра | • | • sibling (брат/сестра) |
| бабушка | • | • бабушка |
| дедушка | • | • дедушка |

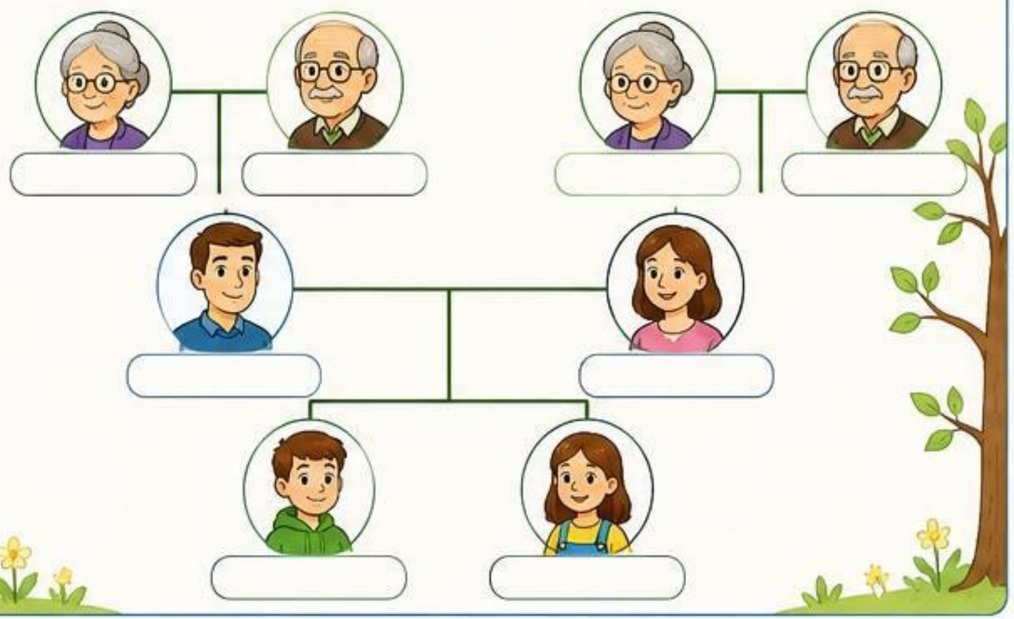
## 3. Заполни шаблон «Генеалогическое древо».

Впиши имена членов семьи Пети в соответствующие места.

**1 поколение** (бабушки и дедушки)

**2 поколение** (родители)

**3 поколение** (дети)



## 4. Приведи примеры дальних родственников.

Выбери правильные варианты.

| дядя | тётя | двоюродный брат | двоюродная сестра | сосед |
|---|---|---|---|---|
| ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

## 5. Объясни, почему важно знать состав своей семьи.

Выбери один или несколько ответов.

- ☐ Чтобы лучше понимать и любить своих близких.
- ☐ Чтобы знать, к кому можно обратиться за помощью.
- ☐ Чтобы помнить семейные традиции и историю.
- ☐ Чтобы похвастаться перед друзьями.



**Запомни!**

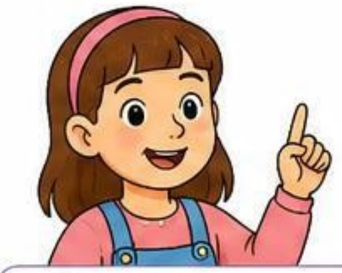
**Близкие родственники** – это те, кто живёт с нами рядом: родители, братья, сестры, бабушки и дедушки.

**Дальние родственники** – это дяди, тёти, двоюродные братья и сёстры и другие родные люди, которые могут жить далеко от нас.

**Главное:**

**Семья – это люди, которые нас любят, заботятся о нас и с которыми мы вместе на всю жизнь!**





# Кейс 2. «Семейные обязанности»





**Ситуация:** в семье Маши все обязанности выполняет мама. Маша и папа не помогают, считают, что это не их дело.

## 1. Какие обязанности есть у разных членов семьи?

Распредели обязанности по членам семьи.


уборка


готовка


покупки


уход за младшими


вынос мусора


мама


папа


дочь (10 лет)


сын (7 лет)

## 2. Составь график домашних дел на неделю

для семьи из 4 человек: мама, папа, дочь (10 лет), сын (7 лет).

| | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| мама | | | | | | | |
| папа | | | | | | | |
| дочь (10 лет) | | | | | | | |
| сын (7 лет) | | | | | | | |

## 3. Придумай правила помощи по дому.

Допиши свои правила.

- Каждый убирает за собой.
- Помогаю, когда просят.
- Слежу за своими вещами.
- 



## 4. Разыграй ситуацию.

Мама просит помочь убрать со стола. Покажи два варианта ответа.



**Мама:** Маша, помоги, пожалуйста, убрать со стола.

**Вежливый ответ:**



Хорошо, мам! Сейчас помогу.

**Невежливый ответ:**



Не хочу! Это не моя работа.

## 5. Почему важно помогать в семье?

Выбери правильные ответы.


☐ Семья становится дружнее.


☐ Дела делаются быстрее.

☐ Это проявление любви и заботы.


☐ Все отдыхают и больше времени вместе.

☐ Так нас похвалят.

## Главное:

Семья – это команда.
Когда каждый помогает,
всем в доме хорошо и уютно!





# Кейс 3. «Семейный праздник»

**Ситуация:** семья готовится к дню рождения бабушки.
Нужно решить, кто что будет делать.



## 1. Распредели роли: кто что будет делать?

Соедини роль с членом семьи.

- готовит
- украшает комнату
- выбирает подарок
- встречает гостей




## 2. Выбери подарок бабушке с учётом её интересов.

Отметь подходящий вариант.



вязальные спицы ☐



книга ☐



цветы ☐

**Интересы бабушки:**

- любит вязать
- любит читать
- любит растения и цветы

## 3. Составь меню праздничного стола.

Выбери три блюда, которые можно приготовить вместе с детьми.



салат «Весенний» ☐



фруктовый салат ☐



бутерброды с сыром ☐



мини-пицца ☐



желе с фруктами ☐



печенье ☐

Все блюда простые, вкусные и подходят для совместного приготовления!
Спросите родителей о помощи и соблюдайте правила безопасности на кухне.

## 4. Придумай поздравление для бабушки.

Напиши 3–4 предложения.



_____

_____

_____

_____

_____

## 5. Покажи, как правильно вручать подарок и говорить поздравление.

Рассмотри картинки и выбери правильный вариант.

**Правильно**



Подходим с улыбкой.



Вручаем подарок двумя руками.



Говорим поздравление от души.



Бабушка благодарит. Мы рады!

**Неправильно**



Бросаем подарок.



Не смотрим на бабушку.



Уходим молча.

**Главное:** Праздник — это радость, внимание и забота друг о друге.
Когда каждый помогает, праздник становится по-настоящему тёплым и семейным!





# Кейс 4. «Помощь младшим»

**Ситуация:** старший брат Миша не хочет играть с младшей сестрой Катей и не помогает ей одеваться.



## 1. Почему важно помогать младшим?

Приведи 2-3 причины.

1. _____
2. _____
3. _____

## 2. Составь план, как помочь Кате одеться на прогулку.

1. Надеть шапку. ☐
2. Надеть куртку. ☐
3. Надеть варежки. ☐
4. Проверить, всё ли удобно и тепло. ☐



## 3. Придумай 3 игры, в которые можно поиграть с младшей сестрой.

1.  _____
2.  _____
3.  _____

## 4. Разыграй диалог: Катя просит поиграть с ней. Ответь вежливо, даже если занят.




**Вежливый ответ:**

_____

_____

**Невежливый ответ:**

_____

_____

## 5. Составь правило.

Закончи предложение.

Я помогаю младшим, потому что...

_____

_____

_____



**Главное:** Помогая младшим, мы проявляем заботу, доброту и любовь к своей семье. Мы становимся лучше и учимся быть ответственными!

Забота о близких делает нашу семью дружной и счастливой!

# КЕЙС 6. «СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ»

## 1. ЧТО ТАКОЕ СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ?

Семейные традиции — это добрые привычки и правила, которые мы выполняем вместе с семьёй. Они делают семью дружнее и счастливее.

## 2. ПРИМЕРЫ СЕМЕЙНЫХ ТРАДИЦИЙ (3 ПРИМЕРА)

1. Совместные прогулки



2. Празднование дней рождения



3. Чтение книг перед сном



## 3. ПРИДУМАЙ НОВУЮ ТРАДИЦИЮ ДЛЯ СЕМЬИ ИВАНОВЫХ

Новая традиция:

**«ВОСКРЕСНЫЕ БЛИНЫ И ПРОГУЛКА В ПАРКЕ»**



+



Каждое воскресенье — готовим блины вместе, а потом идём всей семьёй в парк!

## 4. ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ВЫХОДНОГО ДНЯ ПО НОВОЙ ТРАДИЦИИ

### УТРО

- ✓ Просыпаемся без спешки
- ✓ Готовим блины вместе
- ✓ Устраиваем семейный завтрак



### ДЕНЬ

- ✓ Собираемся и идём в парк
- ✓ Играем на свежем воздухе
- ✓ Устраиваем пикник



### ВЕЧЕР

- ✓ Возвращаемся домой
- ✓ Смотрим семейный фильм или читаем книги
- ✓ Делимся впечатлениями о дне



## 5. ЗНАЧОК НОВОЙ ТРАДИЦИИ



**Вместе — теплее!**

## 6. РАССКАЖИ О ТРАДИЦИЯХ В СВОЕЙ СЕМЬЕ (ИЛИ ПРИДУМАЙ, КАКИЕ ХОТЕЛ БЫ ЗАВЕСТИ)

У нас в семье есть традиции:

- _____
- _____
- _____



Какие традиции я хотел(а) бы завести:

- _____
- _____
- _____

## ПОЧЕМУ ТРАДИЦИИ ВАЖНЫ?

- ✓ Делают семью дружнее
- ✓ Дарят радость и тёплые воспоминания
- ✓ Помогают лучше понимать друг друга
- ✓ Создают чувство единства и поддержки

**ТРАДИЦИИ СОЗДАЮТСЯ СЕГОДНЯ — СОХРАНЯЮТСЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ!**