

Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Осинниковский горнотехнический колледж»

Принято
Решением студенческого совета
от 14.09.2023.
Протокол № 1

Утверждаю:
Зам. директора по ВР
Н.М. Мясникова
«14» сентября 2023г.



ПРОГРАММА
«ШКОЛА ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ».

Направление: общеинтеллектуальное

Форма: кружок

Возрастная группа, на которую ориентированы занятия: 15-21 год

Объем часов, отпущенных на занятия: 120 часов в год

Срок реализации: 4 года

Осинники

Субъект РФ, муниципальное образование или городской округ:

Кемеровская область, Осинниковский городской округ

Населенный пункт: город Осинники

Ф.И.О: Васюткина Марина Васильевна, Карасева Ксения Александровна

Номер телефона: 8(913)310-53-34

Актуальность программы

Социализация детей - сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является одной из актуальных социальных проблем современного общества. Как отмечает И.В. Алехина, «Обеспечение благополучного и защищенного детства продолжает оставаться одним из основных национальных приоритетов России. Проблемы детства и пути их решения нашли свое отражение в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2025 года, Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года и Указе Президента РФ от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства» на период с 2018-2027 годы. Проблема сиротства является предметом широкого изучения в науке уже на протяжении нескольких десятилетий, однако имеются недостаточно изученные аспекты. Так, одними из проблемных являются вопросы, касающиеся социального сопровождения выпускников интернатных учреждений на этапе их адаптации к будущей профессии, условиям образовательной организации и будущего профессионального труда. Проанализировав научные источники и изучив опыт работы с данной категорией детей, мы пришли к выводу, что для успешной адаптации к самостоятельной жизни, приобщению к социальным ценностям и нормам необходимо построить системную работу по сопровождению детей-сирот, позволившую изменить их образ жизни, ценностные ориентации, отношение к себе и окружающему миру. Социальное сопровождение является одной из основных технологий современной социальной работы с представителями «уязвимых» групп населения, нацеленной на решение всего комплекса имеющихся у них социальных проблем. Конечным результатом является улучшение качества жизни сопровождаемого. В своей статье Т. И. Лаврёнова, М. А. Лыгина отмечают, существенную характеристику социального сопровождения — создание условий для перехода личности к самопомощи, открытие перспективы личностного роста, помочь ребенку войти в ту зону развития, которая ему пока еще недоступна. Для решения данных проблем в колледже, организована работа кружка «Школа жизненных навыков», направленная на

организацию педагогического сопровождения (создание условий) социализации и адаптации обучающихся категории детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Цель: Обучение детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проживающих в общежитии Осинниковского горнотехнического колледжа, а так же детей, находящихся в трудной жизненной ситуации и состоящих на учете в Центре социальной помощи семье и детям ОГО, научить социально – бытовым навыкам, навыкам ведения домашнего хозяйства и кулинарии. Пропаганда и развитие ценностей семейной жизни и профилактики социального сиротства.

Задачи:

- формирование у обучающихся, относящихся к категории детей-сирот социально — бытовых навыков для самостоятельной организации жизнедеятельности;
- оказание информационно — консультативной, правовой и хозяйственно — бытовой помощи в процессе социализации данной категории обучающихся;
- развитие мотивации здорового образа жизни;
- формирование у студентов устойчивой мотивации к получению специальности, а также содействие в их профессиональном становлении;
- пропаганда семейных традиций и ценностей;
- развить коммуникативные навыки и навыки самостоятельного решения жизненно важных проблем;
- формирование у студентов положительного отношения к окружающему миру, к себе, профилактика негативных поведенческих тенденций.

1. Тематическое планирование

Сроки проведения	Тема занятия	Содержание занятия	Характеристика деятельности
Сентябрь 2 часа	Тема «Знакомство. Определение приоритетных задач»	Знакомство всех участников. Ознакомление с целями и задачами планируемых занятий.	Участие в тренинге «Знакомство». Приготовление осеннего пирога «Шарлотка»
Октябрь 4 часа (по 2 часа на 1 занятие)	Тема 1 «Особенности ведения домашнего хозяйства»	Дать представление о распределении обязанностей в семье. Научиться рациональному ведению домашнего хозяйства.	Дискуссия «Кто в доме хозяин». Составление меню на неделю. Приготовление первых блюд. Разбор вариантов приготовления 1х блюд.
	Тема 2 «Создание уюта и интерьера жилища»	Ознакомить студентов с важностью организации (украшения) своей комнаты и будущего жилья. Изучения дизайна.	Сервировка стола. Создание интерьера, его варианты, рассмотрение слайдов с интерьером разных стилей. Создание объемных цветочных композиций и поделок для интерьера.
Ноябрь 4 часа	Тема «Распределение бюджета»	Дать представление о семейном бюджете, учиться распределять имеющийся бюджет, овладеть необходимыми экономическими навыками	Деловая игра «Распределение семейного бюджета». Приготовление мясных блюд. Составление бюджета для проведения «Званного ужина»
2 часа	Тема: «Профилактика употребления алкоголя и табакокурения»	Формирование мотивации здорового образа жизни среди студентов.	Просмотр видео роликов и последующая дискуссия
Январь	Тема	Раскрыть личностную и	Просмотр фильма,

4 часа	«Ценности семейных отношений. Взаимоотношения между супругами»	социальную значимость любви как высшего человеческого чувства и важнейшей основы семейных отношений. Семейные традиции и праздники. Рождество семейный праздник.	дискуссия по фильму. Рождественские посиделки. Приготовление печенья в форме сердец. Святочные гадания.
Февраль 4 часа	Тема «Санитарное состояние моего дома» Тема «Я и мой дом»	Познакомить с гигиеническими основами. Правилами проведения текущей и генеральной уборки. Отработка навыков создания интерьера жилища.	Разработка алгоритма проведения генеральной уборки. Отработка навыков уборки комнаты. Разбор рекомендаций Леди Флай.
Март 4 часа	Тема «Я и мое здоровье»	Сформировать представления о ценности здоровья. Рассмотреть понятия физического и психического здоровья	Групповая работа по составлению схемы «Составляющие здорового образа жизни!» Деловая игра «На прием к врачу» (отработка навыков посещения поликлиники. Заполнение таблицы – «Признаки нездоровья или болезни» Приготовление блюд вегетарианской кухни. Тренинг «Стрессоустойчивость и методы саморегуляции».
Апрель 4 часа	Тема «Поход в магазин»	Отработка навыков рациональных трат. Общения с обслуживающим персоналом в магазине.	Деловая игра в магазине. Отработка навыков приобретения продуктов в магазине.

		Акции и распродажи, плюсы и минусы.	Разбор рекомендаций по покупке в магазинах и экономных тратах.
Май 4 часа	Тема «Мое самоопределение. Моя профессия»	Сформировать представления о важности и ценности профессии в жизни каждого человека. Рассмотреть стадии формирования профессионала, преимущества выбранной профессии	Дискуссия о профессиональном выборе и учете индивидуальных качеств личности при осуществлении выбора. Требования к профессионалу. Групповая работа.
Июнь 4 часа	Тема «Мое самоопределение. Жизненные приоритеты или слагаемые успеха»	Провести аналитический разбор понятий успешная и не успешная личность. Рассмотреть факторы, влияющие на успешность личности	Групповая работа-составление портрета «Успешная личность», «Неуспешная личность». Создание фотоколлажа «Слагаемые успеха» Приготовление тортов – совместное приготовление праздничного торта «Успех кулинара»
2 часа	Тема: «Молодёжь против наркотиков»	Формирование мотивации здорового образа жизни среди студентов, профилактика употребления ПАВ.	Просмотр видео роликов и последующая дискуссия о вреде ПАВ

2. Ожидаемые результаты обучения по программе.

Количественные:

- Охват 80-90% детей из категории детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, а также находящихся в сложной жизненной ситуации.

- Расширение методической базы по организации сопровождения социально-профессиональной адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.
- Снижение количества обучающихся склонных к девиантному поведению и совершивших противоправные деяния среди детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.
- Повышение успеваемости и посещаемости среди обучающихся из категории детей-сирот.
- Снижение количества отчислений из колледжа среди детей-сирот.

Качественные:

- Средний уровень сформированности социально-бытовых навыков отмечен у 84% обучающихся, посещающих занятия в Школе жизненных навыков, высокий у 12%, а низкий среди 4% в 2019 году. В 2020-2021 учебном году планируется повысить уровень сформированности социально-бытовых навыков у проживающих в общежитии студентов.
- Повышение уровня финансовой грамотности в вопросах распределения бюджета и финансового планирования.
- Повышение уровня информированности обучающихся в вопросах ведения здорового образа жизни;
- Повышение уровня учебной мотивации (оценен по результатам посещаемости и успеваемости).

Необходимо сформировать общие компетенции:

ОК 01 - Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;

ОК 03 - Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04 - Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 06 - Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 07 - Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 11 - Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

С целью оценки результативности применяются такие методы как: опрос, анкетирование, наблюдение, тестирование, сравнительный анализ,

учет успеваемости и посещаемости. Ведется работа с педагогическим коллективом в виде опроса и анкетирования по работе с данной категорией студентов.

3. Материально-технического обеспечения образовательного процесса.

- Собственная материально-техническая база общежития колледжа: место проведения занятий – «Гостиная» (комната по квартирному типу), швейная машинка, печи.
- Гостиная обеспечена набором кухонной посуды, принадлежностями для сервировки стола и мебелью.
- Продукты для приготовления блюд закупаются за счет социальных партнеров.
- Волонтерская помощь: студенты и преподаватели.

4. Методические материалы (литература, схемы, образцы изделий, Интернет сайты и т.п., используемые в работе).

Список литературы

1. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками [Текст]: /Л.Ф.Анн. - Питер,2008.-272 с.
2. Грецов, А. Психологические игры для старшеклассников и студентов [Текст]: / А. Грецов – СПб.: Питер, 2008 — 256с.
3. Грецов, А.Г. Тренинг общения для подростков [Текст]: /А.Г.Грецов.- Питер, 2005.-160 с.
4. Грецов, А.Г., Из школы в жизнь: социально психологическая адаптация старшеклассников [Текст] : / Грецов А.Г., Жукова Е.В.: журнал «Психология и школа», 2002 -№ 1. – стр. 34-43

Рекомендации по планированию бюджета

Планирование семейного бюджета – одна из основ управления личными финансами и достижения финансового благополучия.

Для чего он нужен?

1. Определить размер суммы денег, которые Вы сможете не потратить на текущую жизнь, а направить на достижение своих целей и финансовой независимости (финансовой свободы).
2. Обеспечить жизненный комфорт, чтобы деньги не «утекали сквозь пальцы», а тратились на что-то важное и нужное.

Рекомендация № 1. Начните правильно относиться к семейному бюджету. У многих грамотное управление личными финансами ассоциируется с необходимостью сильно экономить, лишая себя жизненных удовольствий. Это большая ошибка.

На самом деле, качество жизни должно вырасти. За счет чего это происходит?

Дело в том, что большинство людей минимум 20 % своих денег тратит необдуманно, впустую. К примеру, злоупотребление «энергетиками», частое питание в кафе, переплата за товары и услуги, которые могли бы стоить дешевле (одежда, мобильная связь и т.п.), импульсивные покупки. Отказ от них никак не снизит жизненный комфорт.

Зато с каким удовольствием Вы сможете перенаправить часть сэкономленных денег на что-то действительно для Вас важное: уход за собой, отдых, хобби, подарки родным и близким.

Со второй части денег мы бы рекомендовали создавать личный капитал и начать путь к финансовой независимости и финансовой свободе.

Вы видите, что речь идет не о тотальном урезании расходов, а о расстановке приоритетов. Такое планирование семейного бюджета повысит качество жизни без необходимости зарабатывать больше.

Рекомендация № 2. Не перегружать семейный бюджет мелочами. Существуют программы, которые считают расходы в денежном выражении и в натуральном вплоть до граммов лука, который Вы съели за месяц.

Такая детализация не дает никакой пользы, а занимает много времени и сил. В итоге это надоедает.

Поэтому заведите простейшую таблицу в программе excel, в которой указаны основные статьи доходов и расходов: продукты, обеды вне дома, расходы на связь (телефон, Интернет, IP-телефония), транспорт, одежда и обувь и т.д.

Рекомендация № 3. Вначале платите себе, потом всем остальным.

Человек получает зарплату, совершает расходы, а откладывает только те деньги, которые остаются в конце месяца. Но всегда найдутся очень «важные» и «срочные» потребности, на которые уйдут оставшиеся деньги. Это неправильный подход.

Намного легче сразу после получения зарплаты отложить ту сумму, которую Вы планировали направить на создание личного капитала, а оставшиеся деньги спокойно тратить. К цели движемся, плановые накопления создаем, поэтому тратим деньги с комфортом и спокойной душой.

Рекомендация № 4. Посчитайте, сколько стоит час Вашей жизни.

Некоторые люди стесняются экономить: как о них подумают, если они попросят скидку или возмутятся дороговизне товара. На самом деле, богатые не боятся оценок окружающих. Они знают цену деньгам.

Рекомендация № 5. Не пытайтесь много сэкономить на мелочах. Сокращайте крупные расходы.

Например, человек ради экономии едет на автобусе, а не на маршрутке, испытывая при этом дискомфорт и связанные с ним негативные эмоции. Затем «срывается» и лишние пару тысяч переплачивает в ресторане. Реального сокращения расходов не происходит, а негативный опыт остался.

Поэтому не пытайтесь чрезмерно экономить на мелочах. Проанализируйте наиболее крупные статьи Ваших расходов и сокращайте их без потери комфорта для жизни. Здесь действует закон Парето: 20 % усилий дают 80 % результата и наоборот.

Итоги.

При соблюдении вышеперечисленных рекомендаций контроль расходов войдет в Вашу привычку, и будет восприниматься как само собой разумеющееся.

Тем более, планирование семейного бюджета способно обеспечить комфортную жизнь и финансовое благополучие. Все, что нужно сделать – организовать его планирование удобным для себя образом и наслаждаться положительными результатами. Именно так деньги становятся союзником и начинают работать на человека.

10 СОВЕТОВ ЭКСПЕРТОВ, КАК ЭКОНОМИТЬ ПРИ ПОКУПКЕ ПРОДУКТОВ

Совет 1. Специалисты считают, что выбирать продукт необходимо не по красивой упаковке, и чем дороже, тем лучше, а нужно сначала прочитать и ознакомиться с его составом. Ведь высокая цена вовсе не означает и не обещает вам высокое качество. Также обращаем внимание на акции, скидки и бонусы. Многие супермаркеты предлагают нам такие программы.

Совет 2. Пишем список самых необходимых продуктов и строго следуем ему. Покупаем только те продукты, которые есть в списке, этим вы избежите незапланированные растраты. Также есть всевозможные приложения для телефона, с ним вы можете сэкономить не только свои деньги, но и свое время. Там будет сохраняться вся ваша информация, и вам не надо будет вечно помнить об этих листках.

Совет 3. Важно брать с собой столько денег, сколько вам нужно, но не больше. Тогда вам удастся избежать лишние растраты. Возьмите с собой определенную сумму, рассчитайте ее, чтобы вам хватило только на необходимые продукты, и тогда вам просто не на что станет покупать незапланированные товары.

Совет 4. А вы знали, что у голодного человека мозги работают не так, как у сытого? Так что во избежание соблазнов, в магазин нужно ходить сытым! И тогда вы поймете, что вам вовсе не нужны все эти «вкусняшки».

Совет 5. Постарайтесь не бежать в магазин в тот день, когда получили деньги. Ведь именно в этот день человек себя чувствует богаче, чем он есть на самом деле, и может потратить намного больше, чем у него рассчитано.

Совет 6. Эксперты считают, что расплачиваться лучше наличными деньгами, нежели пластиковыми картами. Несомненно, пластиковая карта – это самый удобный способ, но не самый экономный. Ведь покупатель не ощущает реальных денег, а с ними расставаться тяжелее.

Совет 7. Товары- аналоги — лучший способ экономить! Каждый товар имеет себе замену намного дешевле, чем он. Главное, побегать по магазинам, посмотреть и найти этот аналог.

Совет 8. **Запомните!** Дорогие и красиво упакованные продукты всегда будут попадаться и бросаться в глаза, посмотрите лучше на полках ниже, «поковыряйтесь» там, скорее всего вы найдете аналогичный товар, дешевле увиденного.

Совет 9. Правило аналогичных продуктов также касается и других товаров, к примеру, лекарств. Большинство таблеток имеют себе подобных, которые имеют такие же лечебные свойства, только называются по - другому и у них отечественный производитель.

Совет 10. Отправляйтесь в магазин в одиночестве или в компании того, кто не любит ходить по магазинам. Так больше шансов, что вы не задержитесь в магазине долго и избежите соблазнов.

Вот еще несколько советов по покупке продуктов здорового питания:

1. Выгоднее приобретать продукты на развес, чем в заводской упаковке. Фасованные крупы и макароны, а также сахар и мука стоят намного дороже, чем на развес.
2. Если вы покупаете на рынке, не забудьте поторговаться! И ничего в этом стыдного нет, продавцам главное продать, а вам выгоднее купить.
3. На рынок лучше приходить ближе к вечеру, продавцы значительно скидывают цену.
4. Мясо лучше покупать большим куском, а дома уже разделить на части, какие вам надо. По цене такое мясо выходит дешевле, чем по килограмму.
5. Если у вас обед проходит на работе, то берите обед с собой. Еще раз повторимся, что вы кушаете собственноручно приготовленную еду, а это значит, что автоматически вы избегаете пищевых отравлений, а также экономите на этом!
6. Попробуйте составить меню на неделю вперед, это поможет приобрести только продукты, которые необходимы.
7. Первые блюда считаются полезнее вторых, а еще экономнее и дешевле!
8. Сравнивайте цены в нескольких магазинах. Не ленитесь, у каждого магазина своя фишка и свои акции.
9. Не обязательно покупать дорогое мясо, как свинина, ведь из курицы тоже много вкусных и полезных рецептов! Сейчас в интернете можно найти очень много рецептов, которые вам подойдут, и не обязательно сидеть и выдумывать свои. Главное, не лениться!
10. Йогурты можно заменить кефиром и ряженкой. Йогурты содержат в себе всевозможные загустители, красители и сахара. Так почему же не заменить их на более щадящий для организма и дешевый кефир?
11. Пастеризованное молоко намного дешевле и полезнее стерилизованного. В коробке молоко хранится дольше, чем молоко в пакетах. И это единственный его плюс. Так за это стоит переплачивать?

12. Постарайтесь отказаться от колбасы, ее можно заменить мясом, это и полезнее, и дешевле.
13. Покупайте свежие фрукты и овощи в сезон, потом их можно заморозить. Все питательные вещества в них останутся, а вы значительно сэкономите, так как в зимнее время года они стоят намного дороже.

10 полезных советов

Как научиться экономить и копить деньги при маленьком доходе

Для начала мы рассмотрим правила и способы для экономии денег. И даже если у вас маленькая зарплата, то это не страшно!

Совет №1. Расставьте для себя финансовые приоритеты. Ведь вы должны понять, что ваш финансовый бюджет, работает только исключительно на вас, и только от вас может зависеть ваше финансовой благополучие.

Траты делятся на три вида — это срочные, не срочные и совсем не срочные. Попробуйте составить для себя список этих затрат, и, возможно, вы поймете, что вам абсолютно не нужно и что можно из списка вычеркнуть.

Срочные растраты — это понятно, продукты питания, коммунальные услуги, возможно, одежда и, если есть, кредиты.

Не срочные — это отдых, например, его можно отложить, или вклады в учебу.

Ну и совсем не срочные нам очень хорошо всем знакомы — это развлечения, покупка нового телефона, если есть еще старый, покупка дорогой модной одежды, только из - за того, что вышла новая реклама. Это все можно на время отложить, а если пересмотреть, можно и вообще на это не тратиться.

Совет №2. Заводим учет доходов и затрат. Все успешные в финансовом плане люди ведут такую отчетность. Ведь на наглядном примере вы увидите, что именно приносит вам дыры в вашем бюджете. Например, это будет поход в кафе, ежемесячно такие посещения съедают не маленькую сумму денег, и вы поймете для себя, что это можно убрать.

Как очень известный оратор Энтони Роббинс говорил: «Что нельзя измерить, тем нельзя управлять». Запомните это правило, и оно поможет вам в достижении вашего личного материального успеха.

Совет №3. Отказываемся от кредитов. Чтобы научиться экономить деньги и копить их, нужно отказаться от кредитов. Кредитная карта — это невероятный соблазн для человека, у которого вроде нет лишних денег, но одновременно они и есть. Таким образом, человек попадает в так

называемую кредитную уловку, из которой выбраться будет очень сложно. Так что очень хороший совет, это выбросить свои кредитные карты!

Совет №4. Сдерживаем соблазн потратить деньги. Не стоит заходить в супермаркеты без своего списка продуктов. Так вы избежите соблазнов, ведь у маркетологов тысяча способов, чтобы выманить у вас ваши денежки.

Совет №5. Заводим себе копилку. Можно кидать ненужную мелочь, сдачу, которая у вас остается, ведь вроде 5 рублей это не деньги и на них ничего не купишь, а вот в конце года, вы посмотрите какую сумму вы сэкономили и накопили. А выйдет значительная сумма! Ну, как правильно копить, мы рассмотрим чуть позже.

Совет №6. Не кидаемся на распродажи и акции. Лучше обратите внимание на состав и качество продукта, а также сроки годности, потому что некоторые магазины просто обманывают своих покупателей и хотят подсунуть вам просрочку. Сначала следует изучить продукт, который вы хотите купить.

Совет №7. Вредные привычки. Курение, алкоголь, еда из фастфуда- это ведь не дешевые увлечения. Зачем тратить такие деньги на то, что просто - напросто губит ваше здоровье? Попробуйте отказаться от всех этих вредных привычек, и спасибо вам скажет не только ваш кошелек, но и ваше драгоценное здоровье.

Совет №8. Грамотно вкладываем свои деньги. Выберите хороший и надежный банк и вложите свои средства с возможностью в любой момент снять их. Ведь это поможет вам не только сохранить ваши сбережения, но и немного подзаработать на накопленных процентах от суммы.

Совет №9. Пользуемся дисконтными и скидочными карточками. Например, у вас есть скидка на мебель, а у вашей подруги на бытовую технику. Так поменяйтесь на время! Обоим хорошо! Также касается и различных других магазинов.

Совет №10. Оптимизируем расходы на связь, интернет и пр. Не только вредные привычки у нас забирают хорошую сумму денег, но и такие вроде на первый взгляд безобидные вещи, как мобильная связь и интернет.

Приложение 3

План занятия

Занятие №1

Тема: Знакомство. Определение приоритетных задач.

Цель: знакомство всех участников, ознакомление с целями и задачами планируемых занятий в «Школе жизненных навыков».

Задачи:

- организовать занятие в форме творческой гостиной для создания комфортной непринужденной обстановки;
- обучить технологии приготовления праздничного пирога;
- способствовать благоприятной социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
- провести диагностику степени развитости социально — бытовых навыков;
- сформировать стойкую мотивацию посещения занятий «Школы жизненных навыков»;
- сформировать навыки самопрезентации.

В результате обучающийся должен иметь представление, знать:

- цели и задачи планируемых занятий в «Школе жизненных навыков».

В результате обучающийся должен уметь:

- самостоятельно позиционировать себя;

- рассказать о своих достоинствах и недостатках;
- оценить уровень своих знаний и навыков в вопросах организации жизнедеятельности.

Время занятия: 4 часа .

Место проведения: холл и кухня общежития.

Методы обучения:

- наглядно – дедуктивный;
- словесный;
- проблемно – поисковый;
- игровой.

Формы обучения:

- работа малыми группами;
- индивидуальная;
- дискуссия.

Оснащение занятий:

- листы бумаги и маркеры;
- кухонная посуда, печь;
- столы, стулья.

Участники: студенты относящиеся к категории детей — сирот и детей, оставшихся без попечения родителей проживающие в общежитии.

Организаторы: Логункова Светлана Геннадьевна, воспитатель; Васюткина Марина Васильевна, педагог-психолог; Карасева Ксения Александровна, социальный педагог.

Описание этапов занятия

1. Организационный этап.

Приветствие, сообщение цели и содержания занятия.

2. Знакомство всех участников в игровой форме.

1 Упражнение «Паутина» - ведущий предлагает участникам по очереди представляться — первый участник берет в руки клубок представляется «Свое имя и прилагательное на первую букву имени», после представления кидает клубок другому участнику и так по очереди, до последнего участника.

2 Упражнение «Снежный ком» - первый участник сообщает свое имя, а каждый последующий повторяет все предыдущие имена и сообщает свой.

3 Упражнение «Самопрезентация» - в течение 10мин., каждый участник записывает на листе бумаги последовательно : имя (ласкательное), «Я люблю...», «Я не люблю...», важное жизненное событие произошедшее в последний год, мой девиз. После каждый участник выходит в центр круга и зачитывает подготовленную самопрезентацию.

4 Упражнение «Комплимент» - участники по цепочки друг другу делают комплименты в следующей форме «Мне нравится, что ты....»

3. **Дискуссия** о способностях каждого присутствующего к самостоятельной жизни вне стен интернатного учреждения, что должен уметь самостоятельный, независимый человек в быту. Выявление наличия проблем. Сообщение и обсуждение предполагаемых тем занятий в «Школе жизненных навыков».
4. **Приготовление праздничного пирога.** Рассказ о правилах организации рабочего места на кухне, необходимости соблюдения чистоты и гигиенических норм и правил; этапах приготовления теста и начинки для пирога. Распределение обязанностей. Приготовление. Рекомендации ведения «хозяйственной» тетради, куда можно записывать: рецепты, полезные советы, рекомендации, меню, расходы и т.д.. Фиксирование рецепта в тетрадь.
5. **Организация чаепития.** Правила сервировки стола для чаепития.