ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА №665 КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ И ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ»

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
ГБОУ школа№665 «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол №5 от 27.08 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа№665 «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
_____ С.А. Тихашин

Приказ №128 от 31.08 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Социально-бытовая ориентировка»
10 К класс
Учителя Грехнева Максима Валерьевича

Тихашин Сергей Анатольевич
Подписано цифровой подписью: Тихашин Сергей Анатольевич

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

Рабочая программа "Социально-бытовая ориентировка" составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 (далее – ФГОС основного общего образования).
Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2;
Государственная программа Российской Федерации "Доступная среда", утвержденная Постановлением правительства РФ от 29 марта 2019 года № 363;
Планом внеурочной деятельности ГБОУ школа №665 "Школа здоровья и индивидуального развития» Красногвардейского района Санкт-Петербурга"

Цель программы: способствовать социализации учащихся путем формирования адоптивных навыков и умений самообслуживания и коммуникации, ценностных и нравственных ориентиров.

Задачи программы:

- формировать навыки индивидуального самообслуживания (гигиена, уход за своим домом, приготовление пищи);
- формировать коммуникативные навыки.

1. **Взаимосвязь с программой воспитания**

Программа курса внеурочной деятельности «Социально-бытовая ориентировка» разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Место курса в плане внеурочной деятельности.

Учебный план внеурочной деятельности ГБОУ школа №665 "Школа здоровья и индивидуального развития Красногвардейского района Санкт-Петербурга" на 2026-2027 учебный год отводит на изучение курса "Социально-бытовая ориентировка" в 10 "К" классе 34 часа из расчета 1 учебный час в неделю

Описание учебно-методического комплекса.

1. Энциклопедия для девочек СПб., 2013.
2. Энциклопедия для мальчиков. СПб, 2013.
3. Энциклопедия хороших манер. СПб, 2008.
4. Энциклопедия гурмана. СПб., 1996.
5. Этикет и мы, М., 2006.
6. Энциклопедия обрядов и обычаев., СПб., 2009.
7. Это может каждый (советы по домоводству)., М., 2002.
8. Ковалев Н. Н. Рассказы о русской кухне. М., 1998.
9. Ермакова В. И. кулинария., МС, 2008.
10. Михайлов В. С. Кулинарный калейдоскоп. М., 2000.
11. Ляховская Л. П. Кулинарные секреты., МС., 1998.
12. Киреева Е. В. История костюма., М., 1994.
13. Богуславская Л. Е. Веселый этикет., Е5катиренбург, 2003.
14. Шейнов В. П. Психология и этика делового контакта., Минск., 1997.
15. Кудрявцева Т. С. Деловое общение, СПб., 1999.
16. Козлов Н. М. Практическая психология на каждый день., М., 1998.
17. Социальная защита инвалидов. Нормативные акты и документы., М., 2016.
18. Права и льготы семьи, имеющей детей-инвалидов., СПб., 2014.
19. Бодалев А. А. Личность и общение., М., 1995.
20. Залюбовский П. М. Сенсорные предпосылки общения человека в условиях слепоты // Дефектология., 1999, № 2.
21. Зайцева Н.Н. Как научить ребёнка навыкам самообслуживания, личной гигиене и культуре поведения.// Сб. под ред. В. А. Феоктистовой «Воспитание слепых детей дошкольного возраста в семье». - М.: РГПУ им. А.И. Герцена, 1993.
22. Заорска М. Овладение слабовидящими школьниками средствами общения.// Сб. под ред. А Г. Литвака. «Психолого-педагогические основы коррекционно-воспитательной работы со слепыми и слабовидящими. - Л.: РГПУ им. А.И. Герцена, 1991.
23. Овладение инвалидами по зрению умениями и навыками самообслуживания и ведения хозяйства. / Под ред. Э.М. Стерниной, В.А Феоктистовой. - Воронеж; ВОС, 1992.
24. Павлова Н.И. Моделирование реальных ситуаций на занятиях по социально-бытовой ориентировке.//Дефектология. -2000 , №2.
25. Феоктистова В. А. Специальные занятия по коррекции вторичных отклонений в развитии слепых и слабовидящих школьников.// Сб. под ред. А.Г. Литвака «Особенности учебной и трудовой деятельности при глубоком нарушении зрения. - Л.; РГПУ им. А.И. Герцена. 1991.
26. Балашова Я. В. Ориентирование и мобильность: свобода передвижения // Проблемы социализации детей и молодежи с нарушением зрения / Сб. ст. Сост. И. Н. Зарубина. — М.: Флинта: Наука, 2004. С. 143-154.
27. Гудонис В. П. Основы и перспективы социальной адаптации лиц с пониженным зрением. М. — Воронеж, 1999.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Предметные результаты:
Учащиеся должны знать:
- правила делового этикета;
- основы психологии межличностных отношений;
- речевые и не речевые средства общения;
- правила функционирования МСЭК;
- виды консервирования;

- историю приготовления теста;
- технологию приготовления хлебобулочных изделий;
- как приготовить пельмени и вареники;

Учащиеся должны уметь:
- готовить блюда из теста;
- сервировать праздничный чайный стол;;
- владеть собой и общаться со своей семьей;
- общаться по телефону и в сфере бытовых услуг;
- общаться на транспорте с незнакомыми людьми, вести диалог;
- уметь использовать законодательство РФ в области социальной защиты прав инвалидов. ;
- распределять свой бюджет.

Метапредметные результаты:
включают освоение обучающимися универсальных учебных действий.
Коммуникативные учебные действия:
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия со сверстниками и старшими:
- не бояться и уметь обращаться за помощью и принимать помощь;
- формирование мотивации включаться в общественную жизнь школы и проявлять инициативу;
- учиться конструктивно взаимодействовать с людьми;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

регулятивные учебные действия:
- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения и поведения в обществе;
- участвовать в специально организованной деятельности (творческой, игровой, учебной);

познавательные учебные действия:
- работать с полученной информацией;
- уметь применить теоретические знания на практике.

Личностные результаты:
- проявление самостоятельности при выполнении заданий;
- формирование положительного отношения к окружающей действительности (приятие действительности);
- формирование готовности к конструктивному взаимодействию с окружающей действительностью;
- проявление элементов личной ответственности в поведении и деятельности;

Содержание учебного предмета.

Приготовление пищи. Изделия из теста. Виды теста и разрыхлители. Пресное тесто. Фарш и начинки. Приготовление пельменей и вареников. История приготовления теста. Хлебобулочные изделия. Песочное тесто. Изделия из песочного теста. Жидкое пресное тесто. Оладьи, блинчики. Приготовление дрожжевого теста. Сдобное тесто и изделия из сдобного теста. Сервировка праздничного чайного стола. Предметы сервировки праздничного чайного стола. Консервирование овощей. Природный сад и огород. Консервирование фруктов и ягод. Приготовление диетических блюд из овощей и фруктов. Приготовление детского питания из овощей и фруктов.

Коммуникативная деятельность. Культура общения с использованием речевых и неречевых средств общения на классном и школьном собрании, при разговоре с администрацией школы. Деловой этикет. Умение владеть собой, аутогенная тренировка. Общение в семье при наличии одного из незрячих супругов, между зрячими и незрячими сестрами и братьями. Общение по телефону с аварийными и городскими службами,

обеспечивающими охрану и защиту граждан (пилиция, пожарная охрана и т.д.). Общение по телефону для получения информации и справок в других отраслях. Психология межличностных отношений. Как реагировать на мелочи жизни. Мотивы выбора друга и формы общения с ними. Неречевые и речевые способы общения у народов мира. Общественные мероприятия (церкви, музеи, картинные галереи). Социальные общения в сфере бытовых услуг (химчистка). Культура общения со специалистами МСЭКа и отдела социальной защиты. Общение со случайными пассажирами транспорта для получения нужной информации. Общение со зрячими школьниками и взрослыми во временных смешанных коллективах: на дискотеках, праздниках. Перенос неречевых и речевых способов общения в самостоятельную свободную деятельность. Основные принципы обращения с людьми. Корректное поведение. Различные способы повышения социального статуса. Искусство вести диалог.

Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов, отводимых на изучение раздела
Раздел I.	Приготовление пищи	16
Раздел II.	Коммуникативная деятельность	18
Всего		34

Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	**Тема занятия**	**Дата**	
		По плану	**По факту**
1.	Изделия из теста. Виды теста и разрыхлителей.		
2.	Простое тесто. Фарш и начинки		
3.	Приготовление пельменей и вареников.		
4.	История приготовления теста.		
5.	Хлебобулочные изделия.		
6.	Песочное тесто. Изделия из песочного теста.		
7.	Жидкое тесто. Оладьи, блинчики.		
8.	Приготовление дрожжевого теста.		
9.	Сдобное тесто. Изделия из Сдобного теста.		

10.	Сервировка праздничного чайного стола.		
11.	Консервирование овощей		
12.	Природный сад и огород		
13.	Консервирование фруктов и ягод		
14.	Приготовление диетических блюд из фруктов и ягод		
15.	Приготовление детского питания из овощей и фруктов		
16.	Повторение		
17.	Культура общения с использование речевых и не речевых средств		
18.	Деловой этикет		
19.	Умение владеть собой		
20..	Общение в семье		
21.	Общение в семье		
22.	Общение по телефону для получения информации и справой в других отраслях		
23.	Психология межличностных отношений. Как реагировать на мелочи жизни.		
24.	Мотивы выбора друга и форм общения с ним		
25.	Не речевые и речевые способы общения у народов мира.		
26.	Общественные мероприятия (церкви, музеи, картинные галереи).		
27.	Социальное общение в сфере бытовых услуг		
28.	Культура общения со специалистами МСЭка и социальной защиты		
29.	Общение со случайными пассажирами в транспорте для		

	получения нужной информации		
30.	Общение со зрячими школьниками и взрослыми во временных смешанных коллективах: дискотеках, праздниках		
31.	Перенос неречевых и речевых способов общения в самостоятельную свободную деятельность		
32.	Основные способы общения с людьми. Корректное поведение		
33.	Искусство вести диалог		
34.	Повторение		