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 №от 27.08 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

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

Приказ №от 27.08 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Социально-бытовая ориентировка»
9К класс
Учителя Грехнева Максима Валерьевича

Тихашин Сергей Анатольевич
Подписано цифровой подписью: Тихашин Сергей Анатольевич

Санкт-Петербург
2026

1. 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 основного 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.

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 9 "К" классе 34 часа из расчета 1 учебный час в неделю

4. 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 поведения в гостях;
- правила речевого этикета и ораторского искусства;
- правила хорошего тона;
- этикет знакомства;

Учащиеся должны уметь:
- поддерживать диалог при общении;
- разрешать конфликты в ходе диалога;
- применять правела общения в метро без опоры на зрение;;
- ухаживать за своим лицом без опоры на зрение;;
- ориентироваться в парикмахерской;
- правильно ухаживать за одеждой и обувью ;
- 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.

Коммуникативная деятельность. Поведение в гостях. Правила поведения в гостях. Речевой этикет. Искусство говорить. Воспитание чувств, хорошие манеры. Культура общения ученика и учителя. Этикет знакомства. Из истории конфликтологии. Типы конфликтов и их разрешение. Простые основы бесконфликтности. Подростковая депрессия, пути выхода. Стрессы, душевные кризисы. Азбука предпринимательства. Принципы рациональности в экономике. Культура общения между юношами и девушками при первом знакомстве и далее. Общение незрячих и слабовидящих в метро. Общение незрячих и слабовидящих в спортивных залях и стадионах.

Личная гигиена. Индивидуальность и косметика. Основы ухода за лицом. Основы ухода за руками и ногами (маникюр, педикюр). Устройство парикмахерской.

Культура одежды и обуви. Из истории моды. Современная мода. Подбор одежды по цвету и качеству. Типы обуви. Сочетаемость обуви и одежды. Размер и качество обуви. Уход за обувью.

Уход за обувью. Животные в доме. Уход за кошками и собаками. Уход за другими домашними животными: грызуны, птицы, рыбы, рептилии. Использование собак-

проводников в ориентировке слепого в помещении и на улице. Санитарная обработка помещений от насекомых и грызунов. Домашние растения. Уход за домашними растениями.

Бюджет. Основные статьи бюджета. Распределение расходов на год, месяц, день. Заполнение квитанций по оплате коммунальных услуг.

Тематическое планирование.

№	Наименование разделов	Количество часов, отводимых на изучение раздела
Раздел I.	Коммуникативная деятельность	16
Раздел II.	Личная гигиена	4
Раздел III.	Культура одежды и обуви	6
Раздел IV	Уход за домом	5
Раздел V	Бюджет	3
Всего		34

8. Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	**Тема занятия**	**Дата**	
		По плану	**По факту**
1.	Поведение в гостях		
2.	Правила приема гостей		
3.	Речевой этикет. Искусство говорить		
4.	Хорошие манеры		
5.	Культура общения. Отношения ученик- учитель		
6.	Этикет знакомства		
7.	Из истории конфликтологии		
8.	Типы конфликтов и их разрешение		
9.	Простые основы бесконфликтности		
10.	Подростковая депрессия. Пути выхода		
11.	Стрессы, душевные кризисы		

12.	Азбука предпринимательства		
13.	Принципы рациональности в экономике		
14.	Культура общения между юношами и девушками		
15.	Общение в метро		
16.	Принципы общения в общественных местах		
17.	Индивидуальность и косметика		
18.	Принципы ухода за лицом		
19.	Основы ухода за руками и ногами		
20.	Устройство парикмахерской		
21.	Из истории моды		
22.	Современная мода		
23.	Подбор одежды по цене и качеству		
24.	Типы обуви и уход за ней		
25.	Размер и качество обуви		
26.	Уход за обувью		
27.	Уход за домашними животными		
28.	Уход за домашними животными		
29.	Использование собак-поводырей при ориентировке		
30.	Санитарная уборка помещений		
31.	Домашние растения, уход за ними		
32.	Основные статьи бюджета		
33.	Оплата коммунальных услуг		
34.	Повторение		