

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1  
От «29» августа 2025 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ ВЕДЕНИЯ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА»**

2 года  
/срок освоения/

от 18 до 60 лет  
/возраст обучающихся/

Разработчик: Александрова Надежда Ивановна,  
педагог дополнительного образования.

Санкт-Петербург  
2025

## Содержание

1. Пояснительная записка-----	3
2. Организационно-педагогические условия реализации программы-----	4
3. Сводный учебный план-----	6
4. Учебный план по годам обучения -----	7
5. Календарный учебный график-----	10
6. Оценочные материалы-----	10
7. Методические материалы-----	12
8. Рабочая программа -----	12
9. Рабочая программа воспитания-----	18

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы ведения домашнего хозяйства» имеет социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность, т.к. направлена на формирование социальной компетентности обучающихся как основы социализации (способность к жизнедеятельности в обществе, присвоение ценностей, знание норм, прав и обязанностей), развитие финансовой и правовой грамотности, развитие социальных способностей как готовности к социальной деятельности.

**Адресат.** Программа предназначена для взрослых людей трудоспособного возраста с легкой и умеренной умственной отсталостью.

Программа является адаптированной, при ее составлении учитывались возрастные, психофизические и индивидуальные особенности и возможности обучающихся.

**Актуальность** программы состоит в том, что она направлена на практическую подготовку обучающихся с недостатком интеллекта к самостоятельной жизни и труду. Программа позволяет охватить все вопросы, необходимые для социализации и интеграции в общество.

Программа разработана на основе переработанных и адаптированных к условиям психоневрологического интерната методических пособий с учетом психофизических возможностей обучающихся:

– Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» сборник 1, сборник 2, М.: ВЛАДОС, 2012 г.

– Щербакова А.М., Трудовое обучение в специальных (коррекционных) школах VIII вида,- М: «Издательство НЦ ЭНАС», 2001 г.

**Отличительной особенностью** является то, что обучающиеся, проживая в современных благоустроенных комнатах и квартирах, имеют возможность на территории Центра заниматься домашним огородом, комнатным и садовым цветоводством, что позволяет им приобрести навыки работы на садово-огородном участке. Осознание своей причастности к коллективной работе и возможность увидеть плоды своего труда способствуют развитию их уверенности в себе, повышению заинтересованности в трудовой деятельности, развитию самоуважения, что также является важным фактором социализации. Навыки сельскохозяйственного труда помогут обучающимся вырастить овощи на своем огороде в случае самостоятельного проживания в сельской местности, что немаловажно для семейного бюджета.

**Уровень освоения** дополнительной общеразвивающей программы – базовый.

Результативность освоения программы заключается в:

- освоении прогнозируемых результатов программы;
- презентации результатов на уровне учреждения.

**Срок реализации общеразвивающей программы -2 года.**

**Объем общеразвивающей программы -**

1 год обучения	2 год обучения	объем курса обучения
168	168	336

**Цель программы:** социализации обучающихся трудоспособного возраста с ограниченными интеллектуальными возможностями здоровья через обучение их основам ведения домашнего хозяйства.

**Задачи:**

- *Обучающие:*
  - обучить жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам;
  - повысить самостоятельность в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности;

- научить приемам безопасной работы с различными инструментами и приспособлениями;
- *Развивающие:*
  - развивать эмоционально-волевую сферу;
  - развивать навыки самоорганизации, самоуправления, самоконтроля;
  - развивать навыки практической деятельности;
  - расширять кругозор и словарный запас.
- *Воспитательные:*
  - воспитывать позитивные качества личности;
  - воспитывать уважительное отношение к труду людей;
  - воспитывать потребность вести себя соответственно установленным правилам культурного поведения;
  - воспитывать самостоятельность в решении различных жизненных ситуаций;
  - воспитывать гуманные чувства: чуткость, справедливость, честность;
  - воспитывать привычку к здоровому и безопасному образу жизни;
  - помогать бороться с вредными привычками.

### **Планируемые результаты**

В процессе освоения программы, обучающиеся приобретут социально-бытовые навыки ведения домашнего хозяйства;

практические умения, связанным с самообслуживанием;

расширят и закрепят знания о морально-этических нормах поведения;

освоят простые действия по приготовлению пищи;

приобретут опыт выращивания овощных растений, садовых и комнатных цветов;

научатся безопасным способам работы на огородно-садовом участке;

научатся экономно использовать деньги и совершать покупки различных товаров.

### **Метапредметные результаты освоения программы:**

(сформированность регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, что является наиболее сложным в обучении лиц данной категории и зависит от уровня развития интеллекта)

- способность принимать и сохранять учебные цели и задачи на практическом уровне;
- умение контролировать и оценивать свои действия и исправлять свои ошибки;
- умение осуществлять элементарные логические операции сравнения, анализа, обобщения, классификации, установление причинно-следственных и временных зависимостей;
- умение сотрудничать с педагогом и другими обучающимися во время обучающего процесса.

### **Личностными результатами** изучения программы являются:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за Родину;
- сформированность таких личностных качеств как трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия,
- формирование навыков и умений осуществлять контакт с окружающими людьми, адекватно вести себя в обществе;
- нацеленность на здоровый образ жизни и стремление его соблюдать.

## **2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

**Обучение по программе осуществляется на русском языке.**

**Форма обучения** - очная, возможно использование электронного обучения с применением информационно-телекоммуникационных сетей.

### **Особенности реализации общеразвивающей программы**

Программа рассчитана на обучение взрослых людей трудоспособного возраста с интеллектуальной недостаточностью.

Организация и проведение дополнительного образования взрослых по дополнительным общеразвивающим программам в Центре социальной реабилитации СПб ГАСУСОН «ДСО «Иверский» имеет свои особенности, без учета которых невозможно выстроить эффективный социально-педагогический процесс.

К таким особенностям относятся:

- неоднородность состава групп по уровню обученности и обучаемости;
- разное количество времени, необходимое получателям социальных услуг для восприятия учебного материала;
- разный уровень развития мелкой и крупной моторики, что подразумевает вариативность практических работ по уровню сложности;
- состояние физического и психического здоровья обучающихся (быстрая утомляемость, неумение работать в коллективе, агрессивность и т. д.)
- подготовка к конкурсам и выставкам различного уровня, требующая дополнительных временных затрат.

Численность обучающихся и продолжительность занятия определяется самим педагогом (в рамках расписания).

Количество часов на темы и порядок их прохождения могут изменяться педагогом в зависимости от имеющихся условий обучения.

При составлении ежегодного календарно-тематического планирования педагог имеет право, если для этого есть объективные причины (низкий либо высокий уровень обученности и обучаемости членов объединения, отсутствие соответствующих материально-технических условий и другое), заменить некоторое количество тем - не более одной трети или убрать наиболее сложные темы, увеличив количество часов на другие и обосновать свое решение в пояснительной записке рабочей программы.

#### **Условия набора и формирования групп.**

К освоению данной программы допускаются лица без предъявления требований к уровню образования. Наполнение групп до 15 человек. Возможен дополнительный набор в течение учебного года. Прием обучающихся в группы второго года обучения осуществляется по результатам диагностики и собеседования с педагогом для определения уровня знаний, умений и навыков, необходимых для освоения программы.

#### **Организация индивидуального обучения.**

Для обучающихся, уже имеющих навыки ведения домашнего хозяйства, предусмотрено индивидуальное обучение. Для таких обучающихся сокращена теоретическая часть, основной упор делается на практические занятия.

Количество часов в неделю для индивидуального обучения по программе «Основы ведения домашнего хозяйства» составляет 3 часа в неделю на 1 обучающегося.

**Общее количество часов: 3 час/нед. x 42 недель = 126 часов.**

**Объём индивидуальной общеразвивающей программы 126 час.**

#### **Формы организации и проведения занятий**

Занятия проводятся по подгруппам и индивидуально.

#### **Формы, методы и приемы организации учебно-познавательной деятельности обучающихся.**

Основными методами в работе по программе являются:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, инструктаж);
- наглядный (показ иллюстраций, готовых изделий, работа по образцу);
- практический (выполнение задания, игры, самостоятельная работа)

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

- *фронтальная*: работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение);
- *подгрупповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач;
- задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого обучающегося (подгруппы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав подгруппы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- *коллективная*: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми обучающимися одновременно (создание коллективного панно);
- *индивидуальная*: организуется для работы с заинтересованными обучающимися, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Также, раскрытию у обучающихся творческого потенциала способствует сочетание различных форм работы: выставки, открытые занятия, дидактические игры.

#### **Материально-техническое обеспечение программы:**

Для проведения занятий необходим кабинет, оборудованный столами и стульями, демонстрационной доской, садово-огородный участок, теплица на биотопливе.

Телевизор

Проектор

Музыкальный центр

Доска магнитная

Посуда (кухонная утварь)

Бытовая техника (электрическая плита, холодильник, утюг, мясорубка, миксер, микроволновая печь, пылесос, стиральная машина)

Таз, доска для ручной стирки

#### ***Наглядно-иллюстрационный материал:***

Государственные символы России

Санкт –Петербург-набор открыток

Плакаты:

Одежда-1 шт.

Мебель-1 шт,

Посуда-1 шт.

Бытовая техника -1шт

Комнатные растения

Садовый инвентарь

Емкости (горшки, кассеты, контейнеры и т.д.)

#### ***Канцелярские принадлежности:***

Тетради в клетку 12-18 листов

Ручки шариковые

Карандаши простые, цветные

Клей карандаш

Клеевой пистолет

Резинка –ластик

Фломастеры, краски акриловые, кисточки

Цветная бумага, картон

### 3. СВОДНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

№ п/п	Название раздела	1 год			2 год		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика
1	Введение. Входная диагностика	4	1	3	4	1	3
2	Россия-моя Родина	8	3	5	8	3	5
3	Домашний огород	38	2	36	36	2	34
4	Жилище	32	8	24	32	8	24
5	Растения в доме	16	2	14	16	2	14
6	Помощники в доме	12	4	8	12	4	8
7	Одежда и обувь	10	2	8	10	2	8
8	Основы здорового образа жизни	14	2	12	14	2	12
9	Питание	16	2	14	16	2	14
10	Отдых и увлечения по интересам	4	-	4	4	-	4
11	Основы финансовой грамотности	12	4	8	14	4	10
12	Промежуточная диагностика	2		2	2		2
	<b>ИТОГО</b>	<b>168</b>	<b>30</b>	<b>138</b>	<b>168</b>	<b>30</b>	<b>138</b>

### 4. Учебный план.

#### 1 год обучения.

№	Разделы	количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение	4	1	3	Входная диагностика
2	Россия-моя Родина	8	3	5	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
3	Домашний огород	38	2	36	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
4	Жилище	32	8	24	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
5	Растения в доме	16	2	14	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
6	Помощники в доме	12	4	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
7	Одежда и обувь	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
8	Основы здорового образа жизни	14	2	12	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
9	Питание	16	2	14	Беседа, опрос педагогическое наблюдение

10	Отдых и увлечения по интересам	4	-	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
11	Основы финансовой грамотности	12	4	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
12	Промежуточная диагностика	2		2	Промежуточная диагностика
	<b>ИТОГО</b>	<b>168</b>	<b>30</b>	<b>138</b>	

**Учебный план индивидуального обучения.  
1 год обучения.**

№	Разделы	количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение	3	1	2	Входная диагностика
2	Россия-моя Родина	6	2	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
3	Домашний огород	22	2	20	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
4	Жилище	26	6	20	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
5	Растения в доме	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
6	Помощники в доме	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
7	Одежда и обувь	6	-	6	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
8	Основы здорового образа жизни	14	2	12	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
9	Питание	12	2	10	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
10	Отдых и увлечения по интересам	4	-	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
11	Основы финансовой грамотности	12	2	10	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
12	Итоговая диагностика	1		1	Итоговая диагностика
	<b>ИТОГО</b>	<b>126</b>	<b>21</b>	<b>105</b>	

**Учебный план 2 года обучения.**

№	Разделы	количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение	4	1	3	Входная диагностика
2	Россия-моя Родина	8	3	5	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
3	Домашний огород	36	2	34	Беседа, опрос педагогическое наблюдение

4	Жилище	32	8	24	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
5	Растения в доме	16	2	14	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
6	Помощники в доме	12	4	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
7	Одежда и обувь	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
8	Основы здорового образа жизни	14	2	12	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
9	Питание	16	2	14	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
10	Отдых и увлечения по интересам	4	-	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
11	Основы финансовой грамотности	14	4	10	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
12	Итоговая диагностика	2		2	Итоговая диагностика
	<b>ИТОГО</b>	<b>168</b>	<b>30</b>	<b>138</b>	

**Учебный план индивидуального обучения.  
2 год обучения.**

№	Разделы	количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение	3	1	2	Входная диагностика
2	Россия-моя Родина	6	2	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
3	Домашний огород	22	2	20	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
4	Жилище	26	6	20	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
5	Растения в доме	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
6	Помощники в доме	10	2	8	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
7	Одежда и обувь	6	-	6	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
8	Основы здорового образа жизни	14	2	12	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
9	Питание	12	2	10	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
10	Отдых и увлечения по интересам	4	-	4	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
11	Основы финансовой грамотности	12	2	10	Беседа, опрос педагогическое наблюдение
12	Итоговая диагностика	1		1	Итоговая диагностика
	<b>ИТОГО</b>	<b>126</b>	<b>21</b>	<b>105</b>	

## 5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕНЫЙ ГРАФИК.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов		Режим занятий
				групповое	индивидуальное	
1 год	01.09.25	31.08.26	42	групповое	168	2 раза в неделю по 2 часа
				индивидуальное	126	2 раза в неделю: 1 раз в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю по 1 часу
2 год	01.09.26	31.08.27	42	групповое	168	2 раза в неделю по 2 часа
				индивидуальное	126	2 раза в неделю: 1 раз в неделю по 2 часа; 1 раз в неделю по 1 часу

## 6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Способы определения результативности:

- входной контроль: собеседование, проводится в начале первого года обучения.
- текущий контроль: опрос, беседы с обучающимися по темам программного содержания, по обсуждению качества проделанной работы, коллективные творческие дела, анализ работ проводится в течение учебного года;
- промежуточная аттестация: оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы, а также личностных качеств обучающихся (выявление динамики развития системы ценностей, изменение позиции, характера поступков и т.д.)- проводится в конце первого учебного года;
- итоговый контроль (итоговое оценивание) -подведение итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы проводится по завершению всего периода обучения по программе в конце 2-го года обучения.

### **Формы фиксации образовательных результатов освоения программы**

Методы диагностики:

- Наблюдение. Методом наблюдения педагог оценивает параметры ценностно-личностных качеств. Наблюдение ведется непрерывно в течение всего периода обучения.
- Опрос/беседа. Используется для знакомства с обучающимся, налаживания контакта, установления изменений после долгого отсутствия

Проверка усвоения теоретических знаний и сформированности практических навыков по дополнительной общеразвивающей программе «Основы ведения домашнего хозяйства» проводится в начале и в конце учебного года. По результатам диагностики педагог имеет возможность определить на следующий учебный год направления дальнейшей работы для каждого обучающегося:

- углубить работу по формированию навыков;
- особое внимание уделить развитию;
- организовать индивидуальную работу.

Промежуточная и итоговая аттестация по программе «Основы ведения домашнего хозяйства» проводится в форме тестирования, которое состоит из теоретических вопросов и практических заданий. Результаты диагностики заносятся в диагностическую карту:

**Диагностика результативности усвоения дополнительной общеразвивающей программы «Основы ведения домашнего хозяйства»**

Ф.И.О. обучающегося: \_\_\_\_\_

№ п/п	Знания, умения навыки	Сроки обследования		Примечание
		Входная диагностика	Итоговая диагностика	
1.	Знание охраны труда			
2.	Знание правил пожарной безопасности			
3.	Знание государственных символов			
4.	Умение пользоваться садово-огородными инструментами			
5.	Выполнение простых приемов работы на садово-огородном участке			
6.	Умение ухаживать за жилищем			
7.	Умение ухаживать за комнатными растениями			
8.	Умение пользоваться электроприборами			
9.	Умение подбирать одежду и обувь по назначению			
10.	Умение пользоваться средствами и личной гигиены			
11.	Умение использовать разные виды продуктов для приготовления овощных салатов			
12.	Знания о привычках, приносящих вред человеку			
13.	Умение планировать расходы			
14.	Умение совершать покупки			
	<b>Итого баллов</b>			

**Условные обозначения:**

**0 баллов** – не знает/ не выполняет

**1 балл** - на теоретические вопросы отвечает с многократными подсказками педагога. Практические задания выполняет только с помощью педагога.

**2 балла**- на теоретические вопросы отвечает при небольшой подсказке педагога. Практические задания выполняет самостоятельно, с небольшой подсказкой педагога.

**3 балла**- на теоретические вопросы обучающийся самостоятельно раскрывает тему. Практическую работу выполняет самостоятельно, правильно аккуратно выполняет последовательность действий.

Уровень усвоения программы- базовый

0-7 баллов -не усвоил программу,

8-42 балла-усвоил программу.

Выводы и рекомендации:

По результатам промежуточной аттестации педагог имеет возможность определить на следующий год обучения направления дальнейшей работы для каждого обучающегося:

- углубить работу по формированию навыков;
- особое внимание уделить развитию.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Воробьев Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Астрель. АСТ, 2004 г.
2. Воронцов В.В. Уход за комнатными растениями. Практические советы.- М: ЭКСМО, 2002 г.
3. Галле А.Г., Головинская Е.Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала 5 класс. Учебник для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.- Самара: Русское слово, 2014 г.
4. Галина А.И., Головинская Е.Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала 7 класс. Учебник для учащихся с ограниченными возможностями здоровья - Самара: Русское слово, 2014 г.
5. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Методическое пособие.- М: Издательство НЦ ЭНАС, 2003 г.
6. Зайцева А.А. Здоровье вашего дома. - М: АСТ ПРЕСС, 2006 г.
7. Зырянова В.А., Хамина И.А. Подготовка младшего обслуживающего персонала 8 класс. Учебник для специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида по курсу «Технология».- Самара: Современные образовательные технологии, 2013 г.
8. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Сборник 1. Сборник 2.- М., ВЛАДОС, 2012 г.
9. Шпек Отто. Люди с умственной отсталостью. Обучение и воспитание – М., 2003 г.
10. Энциклопедия домашнего хозяйства, - М: АСТ, 2017 г.

### 8. Рабочая программа

к дополнительной общеразвивающей программе

«Основы ведения домашнего хозяйства»

1 год обучения

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- формировать знания, сохранять умения и навыки бытового труда;
- формировать представление о современном жилище;
- формировать представления о чистоте, порядке, уюте в помещении и на территории Центра социальной реабилитации;
- формировать навыки простых приемов приготовления пищи: чай, овощной салат;
- формировать основу финансовой грамотности: источники доходов, основные статьи расходов;
- научить выполнять простые виды сезонных работ;

##### *Развивающие:*

- развивать познавательные способности и практическую деятельность;
- развивать внимание и работоспособность;
- развивать навыки самоорганизации, самоуправления, самоконтроля;
- расширять кругозор и словарный запас.

##### *Воспитательные:*

- воспитывать потребность вести себя соответственно установленным правилам культурного поведения (быть приветливым, вежливо выражать свою просьбу, благодарить за помощь, не вмешиваться в разговор людей, не перебивать говорящего, в тактической форме выражать отказ);
- воспитывать гуманные чувства: чуткость, справедливость, честность;
- способствовать укреплению здоровья, посредством общения с природой и проведению массовых мероприятий на свежем воздухе;
- помогать бороться с вредными привычками.

## **Содержание первого года обучения.**

### **1. «Введение».**

*Теория:* Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности.

*Практика:* Тренировочная эвакуация. День знаний.

Входная диагностика на начало учебного года.

### **2. «Россия-моя Родина».**

*Теория:* Государственные символы России. Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» .  
Документы, необходимые каждому гражданину.

*Практика:* Познавательная игра «Символы России».

Обсуждение видеофильма «Москва – столица России».

Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам.

Посещение паспортного стола г. Тосно.

### **3. «Домашний огород».**

*Теория:* Техника безопасности при работе на огородном участке.

*Практика:* Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы.

Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд, посев и посадка овощных растений, уход за растениями, сбор, сортировка и хранение урожая.

Работа с компостом. «Огородные диковинки» -открытое мероприятие

### **4. «Жилище»**

*Теория:* Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов.

Назначение всех помещений квартиры и дома.

Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне.

Пожар в доме (причины, источники).

Инвентарь для уборки квартиры. Моющие средства, их виды.

Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления)

Кровососущие насекомые: клопы, комары (внешний вид)

*Практика:* Дидактическая игра «Что общее?». Настольная игра: планировка помещений квартиры. Настольная игра: планировка помещений дома. Рассказ-описание «Наша квартира». Задание: закончи предложение. Практическое занятие: обустройство комнаты для сна.

Дидактическая игра «Что лишнее?» Практическое занятие: уборка в ванной комнате.

Практическое занятие: уборка в туалетной комнате.

Подбор и покупка инвентаря. Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры.

Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов. Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате».

Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках.

Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей.

Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа.

### **5. «Растения в доме».**

*Теория:* Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта.

Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности.

Емкости для посадки комнатных растений.

*Практика:* Размещение комнатных растений в комнате.

Уход за комнатными растениями.

Подготовка емкостей для посадки растений. Посадка, полив, борьба с вредителями. Огород на подоконнике. Посадка лука, уход за растениями.

### **6. «Помощники в доме»**

*Теория:* Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве. Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве. Правила работы, техника безопасности.

*Практика:* Чистка электрической плиты. Размещение продуктов на полках холодильника. Удаление накипи в чайнике. Чистка утюга от нагара.

### **7. «Одежда и обувь»**

*Теория:* Виды одежды и обуви, их назначение (сезонная, рабочая, повседневная)

Уход за одеждой: ручная стирка белья и одежды.

*Практика:* Экскурсия в магазин одежды, обуви.

Подбор одежды в зависимости от сезона.

Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету, ручная стирка белья и одежды.

Влажно-тепловая обработка одежды-глажение.

### **8. «Основы здорового образа жизни».**

*Теория:* Личная гигиена (утренний и вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце). Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья». Просмотр роликов антитабачной направленности. Здоровье и красота.

*Практика:* Игра «Волшебный мешочек». Игра «Четвертый лишний». Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению». Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья».

Обсуждение роликов антитабачной направленности.

Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног.

Посещение магазина «Магнит-косметик». Покупка предметов для гигиены рук, ног.

Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей, удаление грязи из-под ногтей.

### **9. «Питание»**

*Теория:* Питание и здоровье человека. Режим питания.

Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Санитарные требования к помещению кухни. Продукты питания: хлеб и хлебобулочные изделия, правила хранения.

*Практика:* Уборка рабочей поверхности кухонной мебели. Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц.

Игра-викторина «Питание и здоровье». Практическое занятие: помыть, почистить и нарезать овощи. Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку.

Виды напитков: способы и правила заваривания чая.

Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей; приготовление винегрета. Домашние заготовки: технология сушки зелени; технология заморозки ягод.

### **10. «Отдых и увлечения по интересам»**

*Практика:* Прогулка по Центру. Вышивка, рисование.

### **11. «Основы финансовой грамотности»**

*Теория:* Деньги, виды денежных знаков. Источники доходов. Основные статьи расходов.

Хозяйственные расходы.

*Практика:* Составление списка доходов. Составление списка расходов. Настольная игра «Не в деньгах счастье». Игра «Поход в магазин». Игра -викторина «Вопрос-ответ».

Покупка товаров хозяйственного назначения.

### **12. Промежуточная диагностика**

*Практика:* Проведение промежуточной диагностики.

## **Планируемые результаты после первого года обучения**

### **Предметные:**

-соблюдение распорядка дня, охраны труда, правил пожарной безопасности;

-знание государственных символов, столицы России;

- умения использования садово-огородным инструментом и выполнение простых приемов работы на садово-огородном участке;
- знания о назначении повседневной и рабочей одежды и обуви; и так далее
- правила безопасной работы с бытовыми приборами;
- соблюдение личной гигиены и здорового питания;
- использование кухонной утвари;
- использование разных видов продуктов для приготовления овощных салатов;
- содержание своей комнаты и одежды в чистоте и порядке;
- использование выращенных овощей;
- планирование расходов;
- совершение покупок;
- отказ от вредных привычек
- уют в помещении с помощью комнатных растений. умение создавать уют в помещении, используя комнатные растения

### **Метапредметные результаты освоения программы:**

(сформированность регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, что является наиболее сложным в обучении лиц данной категории и зависит от уровня развития интеллекта)

- развитие способности принимать и сохранять учебные цели и задачи на практическом уровне;
- развитие умения контролировать и оценивать свои действия и исправлять свои ошибки;
- развитие умения осуществлять элементарные логические операции сравнения, анализа, обобщения, классификации, установление причинно-следственных и временных зависимостей;
- развитие умения сотрудничать с педагогом и другими обучающимися во время обучающего процесса.

### **Личностными результатами** изучения программы являются:

- сформированность таких личностных качеств как трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- открытость миру и людям, умение общаться и устанавливать доброжелательные отношения с окружающими людьми и купировать возникающие конфликты;
- способность к пониманию, сочувствию и состраданию другим людям;
- активность, нацеленность на продуктивную деятельность и решение возникающих проблем;
- нацеленность на здоровый образ жизни и стремление его соблюдать.

## **2 год обучения**

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- совершенствовать и закреплять представление о современном жилище;
- расширять представление и закреплять навыки использования бытовой техники;
- сохранить, закрепить знания, умения и навыки бытового труда, осознанно применение их на практике;
- закреплять и совершенствовать навыки технологии приготовления пищи;
- совершенствовать и закреплять финансовую грамотность;
- совершенствовать, осознанно применять на практике навыки и умения при выполнении сезонных видов труда.

#### *Развивающие:*

- развивать познавательные способности и практическую деятельность;
- развивать внимание и работоспособность;
- развивать навыки самоорганизации, самоуправления, самоконтроля;
- расширять кругозор и словарный запас.

#### *Воспитательные:*

-воспитывать потребность вести себя соответственно установленным правилам культурного поведения (быть приветливым, вежливо выражать свою просьбу, благодарить за помощь, не вмешиваться в разговор людей, не перебивать говорящего, в тактической форме выражать отказ);

-воспитывать гуманные чувства: чуткость, справедливость, честность;

-способствовать укреплению здоровья, посредством общения с природой и проведению массовых мероприятий на свежем воздухе;

-помогать бороться с вредными привычками.

## **Содержание второго года обучения**

### **1. «Введение».**

*Теория:* Цели, задачи 2 го года обучения. Охрана труда. Правила пожарной безопасности.

*Практика:* Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная диагностика на начало учебного года.

### **2. «Россия-моя Родина».**

*Теория:* Государственные символы России. Видеофильм «Санкт-Петербург – северная столица России». Документы, необходимые для устройства на работу.

*Практика:* Обсуждение фильма «Санкт-Петербург – северная столица России».

Викторина «Достопримечательности Санкт-Петербурга».

Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам.

Посещение Центра занятости г. Тосно.

### **3. «Домашний огород».**

*Теория:* Техника безопасности при работе на огородном участке.

*Практика:* Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы.

Сезонные работы на участке: подготовка почвы, посев и посадка, уход за растениями, сбор и хранение урожая.

Овощи и фрукты-полезные продукты- открытое мероприятие

### **4. «Жилище».**

*Теория:* Городское и сельское жилище: плюсы, минусы.

Назначение всех помещений квартиры и дома.

Прихожая, ее функциональное предназначение.

Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне.

Пожар в доме (причины, источники).

Уход за жилищем. Мебель в жилых помещениях.

Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Мыши, крысы: внешний вид, образ жизни. Кровососущие насекомые: вши. Кто ест шубы, шапки, свитера?

*Практика:* Игра «Продолжи предложение». Рассказ-описание «Наша квартира». Игра «Что лишнее в прихожей». Обустройство комнаты для сна. Подсобные помещения в частном доме и в квартире: обустройство кладовки; посещение погреба, сарая. Игра: «Караул! Мы горим!».

Экскурсия в магазин мебели. Уход за мягкой мебелью.

Генеральная уборка квартиры. Влажная уборка помещений. Подготовка квартиры к празднику.

Изучение устройства мышеловки. Подготовка мышеловки к работе. Использование специального клея для отлова мышей. Профилактика борьбы с молью: просушка и проветривание шерстяных вещей; размещение отпугивающих средств в шкафу.

### **5. «Растения в доме».**

*Теория:* Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта.

Лекарственные и декоративнолиственные растения, их особенности.

*Практика:* Растения в доме: размещение комнатных растений в комнате.

Уход за декоративными растениями.

Посадка, перевалка, полив, опрыскивание, борьба с вредителями. Огород на подоконнике: выгонка свеклы и петрушки, уход за растениями.

#### **6. «Помощники в доме».**

*Теория:* Помощники в доме: мясорубка, миксер, микроволновая печь. Их назначение в хозяйстве. Помощники в доме: пылесос, стиральная машина. Их назначение в хозяйстве. Правила работы, техника безопасности.

*Практика:* Прокручивание сухофруктов на мясорубки для начинки. Использование миксера для приготовления блинов. Подогревание еды в микроволновой печи.

Уборка комнаты с помощью пылесоса. Стирка постельного белья в стиральной машине.

#### **7. «Одежда и обувь».**

*Теория:* Виды одежды и обуви, их назначение (сезонная, спортивная, праздничная)

*Практика:* Уход за одеждой: машинная стирка белья и одежды. Мелкий ремонт одежды. Уход за повседневной и праздничной обувью.

#### **8. «Основы здорового образа жизни».**

*Теория:* Личная гигиена: гигиена тела, уход за волосами, гигиена зрения. Просмотр видеороликов о вредных привычках: алкоголь, наркотики. Здоровье и красота.

*Практика:* Обсуждение видеороликов о вредных привычках. Посещение магазина «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей лица, волос. Игра «Я в салоне красоты». Посещение парикмахерской.

#### **9. «Питание».**

*Теория:* Питание и здоровье человека. Режим питания. Санитарные требования к помещению кухни. Продукты питания, их виды: крупы, молочные продукты питания, мясные продукты питания.

*Практика:*

Технология приготовления компота из фруктов.

Технология приготовления горячих блюд (овощной суп, отварные макароны)

Домашние заготовки: технология соления огурцов, квашения капусты.

#### **10. «Отдых и увлечения по интересам».**

*Практика:* Отдых и увлечения по интересам: спорт, рыбалка, аквариумные рыбки и т.д.

#### **11. «Основы финансовой грамотности».**

*Теория:* Деньги, виды денежных знаков. Источники доходов. Основные статьи расходов. Коммунальные расходы. Продуктовая корзина, цена, стоимость продуктов.

*Практика:* Снятие показаний по коммунальным услугам. Заполнение квитанций по коммунальным платежам. Игра: «Я в супермаркете». Посещение продуктового магазина и покупка продуктов. Игра-викторина «Знатоки финансовой грамотности».

#### **12. Итоговая диагностика**

*Практика:* Проведение итоговой диагностики.

#### **Планируемые результаты после второго года обучения**

##### **Предметные:**

- соблюдение распорядка дня, охраны труда, правил пожарной безопасности;
- знание государственных символов, достопримечательностей Санкт-Петербурга;
- знания о государственных праздниках;
- умение подбор праздничной одежды и обуви;
- знание правила безопасной работы с бытовыми приборами;
- соблюдение личной гигиены и здорового питания;
- знания о использовании разных видов продуктов для приготовления простых блюд;
- содержание своей комнаты и одежды в чистоте и порядке;
- умения пользование садово-огородным инструментом;
- выполнение простых приемов работы на садово-огородном участке;
- использование выращенных овощей;
- совершение покупок;

- представление о коммунальных услугах; коммунальных платежах,
- способы экономии;
- борьба с вредными привычками; просмотреть все надо

### **Метапредметные результаты освоения программы:**

(сформированность регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, что является наиболее сложным в обучении лиц данной категории и зависит от уровня развития интеллекта)

- развитие способности принимать и сохранять учебные цели и задачи на практическом уровне;
- развитие умения контролировать и оценивать свои действия и исправлять свои ошибки;
- развитие умения осуществлять элементарные логические операции сравнения, анализа, обобщения, классификации, установление причинно-следственных и временных зависимостей;
- развитие умения сотрудничать с педагогом и другими обучающимися во время обучающего процесса.

**Личностными результатами** изучения программы являются:

- сформированность таких личностных качеств как трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- открытость миру и людям, умение общаться и устанавливать доброжелательные отношения с окружающими людьми и купировать возникающие конфликты;
- способность к пониманию, сочувствию и состраданию другим людям;
- активность, нацеленность на продуктивную деятельность и решение возникающих проблем;
- нацеленность на здоровый образ жизни и стремление его соблюдать.

## **9. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ.**

Цель – развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения.

### **Формы и содержание деятельности:**

Достижение цели и решение задач воспитания осуществляется в рамках обучения по общеразвивающей программе «Основы ведения домашнего хозяйства» и участия обучающихся в различных мероприятиях.

Реализация воспитательного потенциала предусматривает: беседы с обучающимися на различные темы (патриотическое воспитание, охрана природы, русские традиции и т.д.), праздничные мероприятия, торжественные мероприятия, акции, субботники и т.д.

В качестве приоритетных направлений в воспитании рассматриваются:

**Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека:**

### **Планируемый результат:**

- ценностное отношение к России, своему народу, краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике,
- знание государственных праздников, их значения для общества.
- умение сочетать личные и общественные интересы, установление дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- ценностное отношение к жизни во всех её проявлениях, качеству окружающей среды, своему здоровью,
- резко негативное отношение к курению, употреблению алкогольных напитков, наркотиков
- отрицательное отношение к загрязнению окружающей среды, расточительному расходованию природных ресурсов и энергии,
- проявление интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях;
- знания о разных профессиях;
- общие представления о трудовом законодательстве.

**САНКТ – ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

СОГЛАСОВАНО

Старший педагог  
дополнительного образования

\_\_\_\_\_  
(Подпись) (Ф.И.О.)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
социально-реабилитационным  
отделением

\_\_\_\_\_  
(Подпись) (Ф.И.О.)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Основы ведения домашнего хозяйства»**

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1 год обучения****подгруппа № 1**

Александрова Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования

<b>№ п/п</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Название раздела, темы занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1	02.09.25  04.09.25	10.15-11.00 11.15-12.00  10.00-10.45 11.00-11.45	<b>1. «Введение».</b> <i>Теория:</i> Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности. <i>Практика:</i> Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная Диагностика на начало учебного года	4
2	09.09.25  11.09.25  16.09.25  18.09.25	10.15-11.00 11.15-12.00  10.00-10.45 11.00-11.45  10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>2. «Россия-моя Родина».</b> <i>Теория:</i> Государственные символы России. Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» Документы, необходимые каждому гражданину. <i>Практика:</i> Познавательная игра «Символы России» Обсуждение видеофильма «Москва – столица России» Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам. Посещение паспортного стола г. Тосно	8
3	23.09.25  25.09.25	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для	12

	30.09.25 02.10.25 07.10.25 09.10.25	11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы. Сезонные работы на участке: сбор, сортировка и хранение урожая. Работа с компостом.  «Огородные диковинки» -открытое мероприятие	
4	14.10.25 16.10.25	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>11. «Питание».</b> Домашние заготовки: технология сушки зелени; технология заморозки ягод	4
5	21.10.25 23.10.25 28.10.25 30.10.25 06.11.25 11.11.25 13.11.25 18.11.25 20.11.25 25.11.25 27.11.25 02.12.25 04.12.25 09.12.25	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов. Назначение всех помещений квартиры и дома. Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне. Пожар в доме (причины, источники). <i>Практика:</i> Дидактическая игра «Что общее?» Настольная игра: планировка помещений квартиры. Настольная игра: планировка помещений дома. Рассказ-описание «Наша квартира» Задание: закончи предложение. Практическое занятие: обустройство комнаты для сна. Дидактическая игра «Что лишнее?» Практическое занятие: уборка в ванной комнате. Практическое занятие: уборка в туалетной комнате. <i>Теория:</i> Уход за жилищем. Инвентарь для уборки квартиры. Моющие средства, их виды. <i>Практика:</i> Подбор и покупка инвентаря. Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры. Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов. Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате»	28
6	11.12.25 16.12.25 18.12.25	10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>6. «Растения в доме».</b> <i>Теория:</i> Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности. Емкости для посадки комнатных растений. <i>Практика:</i> Размещение комнатных	12

	23.12.25 25.12.25 30.12.25	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00	растений в комнате. Уход за комнатными растениями. Подготовка емкостей для посадки растений. Посадка, полив, борьба с вредителями	
			<b>Итого 1 полугодие</b>	<b>68</b>
7	13.01.26 15.01.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	Огород на подоконнике. Посадка лука, уход за растениями	4
8	20.01.26 22.01.26 27.01.26 29.01.26 03.02.26 05.02.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>7. «Помощники в доме».</b> <i>Теория:</i> Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве. Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве. Правила работы, техника безопасности. <i>Практика:</i> Чистка электрической плиты. Размещение продуктов на полках холодильника. Удаление накипи в чайнике. Чистка утюга от нагара	12
9	10.02.26 12.02.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления) Кровососущие насекомые: клопы, комары (внешний вид) <i>Практика:</i> Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках. Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей. Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа	4
10	17.02.26 19.02.26 24.02.26 26.02.26 03.03.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00	<b>9. «Одежда и обувь».</b> <i>Теория:</i> Виды одежды и обуви, их назначение (сезонная, рабочая, повседневная) Уход за одеждой: ручная стирка белья и одежды. <i>Практика:</i> Экскурсия в магазин одежды, обуви. Подбор одежды в зависимости от сезона. Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету, ручная стирка белья и одежды. Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	10

11	<p>05.03.26</p> <p>10.03.26</p> <p>12.03.26</p> <p>17.03.26</p> <p>19.03.26</p> <p>24.03.26</p> <p>26.03.26</p>	<p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p> <p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p> <p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p> <p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p>	<p><b>10. «Основы здорового образа жизни».</b>  <i>Теория:</i> Личная гигиена (утренний и вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце)  Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья». Просмотр роликов антитабачной направленности. Здоровье и красота.  <i>Практика:</i> Игра «Волшебный мешочек». Игра «Четвертый лишний». Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению»  Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья». Обсуждение роликов антитабачной направленности.  Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног. Посещение магазина «Магнит-косметик» Покупка предметов для гигиены рук, ног. Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей, удаление грязи из-под ногтей.</p>	14
12	<p>31.03.26</p> <p>23.04.26</p> <p>28.04.26</p> <p>30.04.26</p> <p>05.05.26</p> <p>07.05.26</p>	<p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p> <p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p> <p>10.15-11.00</p> <p>11.15-12.00</p> <p>10.00-10.45</p> <p>11.00-11.45</p>	<p><b>11. «Питание»</b>  <i>Теория:</i> Питание и здоровье человека. Режим питания.  Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Санитарные требования к помещению кухни.  Продукты питания: хлеб и хлебобулочные изделия, правила хранения.  <i>Практика:</i> Уборка рабочей поверхности кухонной мебели. Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц.  Игра-викторина «Питание и здоровье»  Практическое занятие: помыть, почистить и нарезать овощи. Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку.  Виды напитков: способы и правила заваривания чая.  Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей; приготовление винегрета</p>	12

13	12.05.26 14.05.26 19.05.26 21.05.26 26.05.26 28.05.26 02.06.26 04.06.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>3. «Домашний огород»</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы. Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд, посев и посадка овощных растений, уход за растениями	16
14	09.06.26 11.06.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>12. «Отдых и увлечения по интересам».</b> <i>Практика:</i> Прогулка по Центру. Вышивка, рисование	4
15	16.06.26 18.06.26 23.06.26 25.06.26 30.06.26	10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Уход за растениями: полив, подкормка, прополка, борьба с вредителями	10
16	02.07.26 07.07.26 13.08.26 18.08.26 20.08.26 25.08.26	10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00 10.00-10.45 11.00-11.45 10.15-11.00 11.15-12.00	<b>13. «Основы финансовой грамотности».</b> <i>Теория:</i> Деньги, виды денежных знаков. Источники доходов. Основные статьи расходов. Хозяйственные расходы. <i>Практика:</i> Составление списка доходов. Составление списка расходов. Настольная игра «Не в деньгах счастье» Игра «Поход в магазин» Игра - викторина «Вопрос-ответ» Покупка товаров хозяйственного назначения	12
17	27.08.26	10.00-10.45 11.00-11.45	<b>Промежуточная диагностика</b>	2
			<b>Итого 2 полугодие</b>	<b>100</b>
			<b>Итого за год</b>	<b>168</b>

### Календарный план воспитательной работы

<b>№п/п</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	«День знаний»	Праздничное мероприятие	01.09.2025
2	«Огородные диковинки»	Культурно-массовое мероприятие	Октябрь 2025
3	«Святки»	Культурно-массовое мероприятие	Январь 2026
4	«Масленица»	Культурно-массовое мероприятие	Март 2026
5	«Троица»	Культурно-массовое мероприятие	Июнь 2026
6	«День России»	Культурно-массовое мероприятие, Выставка	Июнь 2026
7	«День Российского флага»	Выставка	Август 2026
	<b>Итого: 7</b>		

**САНКТ – ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

СОГЛАСОВАНО

Педагог

дополнительного образования

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

социально-реабилитационным  
отделением

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Основы ведения домашнего хозяйства»  
КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Год обучения****подгруппа № 2**

Александрова Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования

<b>№ п/п</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Название раздела, темы занятия</b>	<b>Количество часов</b>
1	02.09.25  04.09.25	12.15-13.00 13.10-13.55  12.00-12.45 13.00-13.45	<b>1. «Введение».</b> <i>Теория:</i> Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности. <i>Практика:</i> Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная Диагностика на начало учебного года	<b>4</b>
2	09.09.25 11.09.25 16.09.25 18.09.25	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>2. «Россия-моя Родина».</b> <i>Теория:</i> Государственные символы России. Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» Документы, необходимые каждому гражданину. <i>Практика:</i> Познавательная игра «Символы России» Обсуждение видеофильма «Москва – столица России» Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам. Посещение паспортного стола г. Тосно	<b>8</b>
3	23.09.25 25.09.25 30.09.25 02.10.25	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы. Сезонные работы на участке: сбор, сортировка и хранение урожая. Работа с компостом.	<b>12</b>

	07.10.25 09.10.25	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	«Огородные диковинки» -открытое мероприятие	
4	14.10.25 16.10.25	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>11. «Питание».</b> Домашние заготовки: технология сушки зелени; технология заморозки ягод	4
5	21.10.25 23.10.25 28.10.25 30.10.25 06.11.25 11.11.25 13.11.25 18.11.25 20.11.25 25.11.25 27.11.25 02.12.25 04.12.25 09.12.25	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов. Назначение всех помещений квартиры и дома. Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне. Пожар в доме (причины, источники). <i>Практика:</i> Дидактическая игра «Что общее?» Настольная игра: планировка помещений квартиры. Настольная игра: планировка помещений дома. Рассказ-описание «Наша квартира» Задание: закончи предложение. Практическое занятие: обустройство комнаты для сна. Дидактическая игра «Что лишнее?» Практическое занятие: уборка в ванной комнате. Практическое занятие: уборка в туалетной комнате. <i>Теория:</i> Уход за жилищем. Инвентарь для уборки квартиры. Моющие средства, их виды. <i>Практика:</i> Подбор и покупка инвентаря. Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры. Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов. Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате»	28
6	11.12.25 16.12.25 18.12.25 23.12.25 25.12.25 30.12.25	12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00	<b>6. «Растения в доме».</b> <i>Теория:</i> Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности. Емкости для посадки комнатных растений. <i>Практика:</i> Размещение комнатных растений в комнате. Уход за комнатными растениями. Подготовка емкостей для посадки растений. Посадка, полив, борьба с	12

		13.10-13.55	вредителями	
			<b>Итого 1 полугодие</b>	<b>68</b>
7	13.01.26 15.01.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	Огород на подоконнике. Посадка лука, уход за растениями	4
8	20.01.26 22.01.26 27.01.26 29.01.26 03.02.26 05.02.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>7. «Помощники в доме».</b> <i>Теория:</i> Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве. Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве. Правила работы, техника безопасности. <i>Практика:</i> Чистка электрической плиты. Размещение продуктов на полках холодильника. Удаление накипи в чайнике. Чистка утюга от нагара	12
9	10.02.26 12.02.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления) Кровососущие насекомые: клопы, комары (внешний вид) <i>Практика:</i> Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках. Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей. Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа	4
10	17.02.26 19.02.26 24.02.26 26.02.26 03.03.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55	<b>9. «Одежда и обувь».</b> <i>Теория:</i> Виды одежды и обуви, их назначение (сезонная, рабочая, повседневная) Уход за одеждой: ручная стирка белья и одежды. <i>Практика:</i> Экскурсия в магазин одежды, обуви. Подбор одежды в зависимости от сезона. Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету, ручная стирка белья и одежды. Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	10

11	<p>05.03.26</p> <p>10.03.26</p> <p>12.03.26</p> <p>17.03.26</p> <p>19.03.26</p> <p>24.03.26</p> <p>26.03.26</p>	<p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p>	<p><b>10. «Основы здорового образа жизни».</b>  <i>Теория:</i> Личная гигиена (утренний и вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце)  Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья». Просмотр роликов антитабачной направленности. Здоровье и красота.  <i>Практика:</i> Игра «Волшебный мешочек». Игра «Четвертый лишний». Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению»  Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья». Обсуждение роликов антитабачной направленности.  Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног. Посещение магазина «Магнит-косметик» Покупка предметов для гигиены рук, ног. Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей, удаление грязи из-под ногтей.</p>	14
12	<p>31.03.26</p> <p>23.04.26</p> <p>28.04.26</p> <p>30.04.26</p> <p>05.05.26</p> <p>07.05.26</p>	<p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p>	<p><b>11. «Питание».</b>  <i>Теория:</i> Питание и здоровье человека. Режим питания.  Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Санитарные требования к помещению кухни.  Продукты питания: хлеб и хлебобулочные изделия, правила хранения.  <i>Практика:</i> Уборка рабочей поверхности кухонной мебели. Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц.  Игра-викторина «Питание и здоровье»  Практическое занятие: помыть, почистить и нарезать овощи. Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку.  Виды напитков: способы и правила заваривания чая.  Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей; приготовление винегрета</p>	12
13	<p>12.05.26</p> <p>14.05.26</p> <p>19.05.26</p>	<p>12.15-13.00</p> <p>13.10-13.55</p> <p>12.00-12.45</p> <p>13.00-13.45</p> <p>12.15-13.00</p>	<p><b>3. «Домашний огород».</b>  <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке.  <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы.</p>	16

	21.05.26 26.05.26 28.05.26 02.06.26 04.06.26	13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд, посев и посадка овощных растений, уход за растениями	
14	09.06.26 11.06.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45	<b>12. «Отдых и увлечения по интересам».</b> <i>Практика:</i> Прогулка по Центру. Вышивка, рисование	4
15	16.06.26 18.06.26 23.06.26 25.06.26 30.06.26	12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Уход за растениями: полив, подкормка, прополка, борьба с вредителями	10
16	02.07.26 07.07.26 13.08.26 18.08.26 20.08.26 25.08.26	12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55 12.00-12.45 13.00-13.45 12.15-13.00 13.10-13.55	<b>13. «Основы финансовой грамотности».</b> <i>Теория:</i> Деньги, виды денежных знаков. Источники доходов. Основные статьи расходов. Хозяйственные расходы. <i>Практика:</i> Составление списка доходов. Составление списка расходов. Настольная игра «Не в деньгах счастье» Игра «Поход в магазин» Игра - викторина «Вопрос-ответ» Покупка товаров хозяйственного назначения	12
17	27.08.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<b>Промежуточная диагностика</b>	2
			<b>Итого 2 полугодие</b>	<b>100</b>
			<b>Итого за год</b>	<b>168</b>

### Календарный план воспитательной работы

<b>№п/п</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	«День знаний»	Праздничное мероприятие	01.09.2025
2	«Огородные диковинки»	Культурно-массовое мероприятие	Октябрь 2025
3	«Святки»	Культурно-массовое мероприятие	Январь 2026
4	«Масленица»	Культурно-массовое мероприятие	Март 2026
5	«Троица»	Культурно-массовое мероприятие	Июнь 2026
6	«День России»	Культурно-массовое мероприятие, Выставка	Июнь 2026
7	«День Российского флага»	Выставка	Август 2026
<b>Итого: 7</b>			

**САНКТ – ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

СОГЛАСОВАНО

Педагог

дополнительного образования

/

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

социально-реабилитационным  
отделением

/

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Основы ведения домашнего хозяйства»**

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1 год обучения****подгруппа № 3**

Александрова Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования

<b>№ п/п</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Название раздела, темы занятия</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	02.09.25 06.09.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>1. «Введение».</b> <i>Теория:</i> Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности. <i>Практика:</i> Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная Диагностика на начало учебного года	<b>4</b>
<b>2</b>	09.09.25 13.09.25 16.09.25 20.09.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>2. «Россия-моя Родина» .</b> <i>Теория:</i> Государственные символы России. Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» Документы, необходимые каждому гражданину. <i>Практика:</i> Познавательная игра «Символы России» Обсуждение видеофильма «Москва – столица России» Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам. Посещение паспортного стола г. Тосно	<b>8</b>
<b>3</b>	23.09.25 27.09.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в	<b>12</b>

	30.09.25 04.10.25 07.10.25 11.10.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	зависимости от вида работы. Сезонные работы на участке: сбор, сортировка и хранение урожая. Работа с компостом.  «Огородные диковинки» -открытое мероприятие	
<b>4</b>	14.10.25 18.10.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>11. «Питание».</b> Домашние заготовки: технология сушки зелени; технология заморозки ягод	<b>4</b>
<b>5</b>	21.10.25 25.10.25 28.10.25 01.11.25 08.11.25 11.11.25 15.11.25 18.11.25 22.11.25 25.11.25 29.11.25 02.12.25 06.12.25 09.12.25	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов. Назначение всех помещений квартиры и дома. Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне. Пожар в доме (причины, источники). <i>Практика:</i> Дидактическая игра «Что общее?» Настольная игра: планировка помещений квартиры. Настольная игра: планировка помещений дома. Рассказ-описание «Наша квартира» Задание: закончи предложение. Практическое занятие: обустройство комнаты для сна. Дидактическая игра «Что лишнее?» Практическое занятие: уборка в ванной комнате. Практическое занятие: уборка в туалетной комнате. <i>Теория:</i> Уход за жилищем. Инвентарь для уборки квартиры. Моющие средства, их виды. <i>Практика:</i> Подбор и покупка инвентаря. Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры. Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов. Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате»	28
<b>6</b>	13.12.25 16.12.25 20.12.25 23.12.25	10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	<b>6. «Растения в доме».</b> <i>Теория:</i> Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности. Емкости для посадки комнатных растений. <i>Практика:</i> Размещение комнатных растений в комнате.	12

	27.12.25 30.12.25	10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	Уход за комнатными растениями. Подготовка емкостей для посадки растений. Посадка, полив, борьба с вредителями	
			<b>Итого 1 полугодие</b>	<b>68</b>
7	13.01.26 17.01.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	Огород на подоконнике. Посадка лука, уход за растениями	4
8	20.01.26 24.01.26 27.01.26 31.01.26 03.02.26 07.02.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>7. «Помощники в доме».</b> <i>Теория:</i> Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве. Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве. Правила работы, техника безопасности. <i>Практика:</i> Чистка электрической плиты. Размещение продуктов на полках холодильника. Удаление накипи в чайнике. Чистка утюга от нагара	12
9	10.02.26 14.02.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>4. «Жилище».</b> <i>Теория:</i> Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления) Кровососущие насекомые: клопы, комары (внешний вид) <i>Практика:</i> Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках. Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей. Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа	4
10	17.02.26 21.02.26 24.02.26 28.02.26 03.03.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	<b>9. «Одежда и обувь».</b> <i>Теория:</i> Виды одежды и обуви, их назначение (сезонная, рабочая, повседневная) Уход за одеждой: ручная стирка белья и одежды. <i>Практика:</i> Экскурсия в магазин одежды, обуви. Подбор одежды в зависимости от сезона. Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету, ручная стирка белья и одежды. Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	10
11	07.03.26	10.00-10.45	<b>10. «Основы здорового образа жизни».</b> <i>Теория:</i> Личная гигиена (утренний и	14

	10.03.26 14.03.26 17.03.26 21.03.26 24.03.26 28.03.26	11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце) Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья». Просмотр роликов антитабачной направленности. Здоровье и красота. <i>Практика:</i> Игра «Волшебный мешочек». Игра «Четвертый лишний». Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению». Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья». Обсуждение роликов антитабачной направленности. Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног. Посещение магазина «Магнит-косметик» Покупка предметов для гигиены рук, ног. Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей, удаление грязи из-под ногтей.	
12	31.03.26 25.04.26 28.04.26 05.05.26 12.05.26 16.05.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>11. «Питание».</b> <i>Теория:</i> Питание и здоровье человека. Режим питания. Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Санитарные требования к помещению кухни. Продукты питания: хлеб и хлебобулочные изделия, правила хранения. <i>Практика:</i> Уборка рабочей поверхности кухонной мебели. Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц. Игра-викторина «Питание и здоровье» Практическое занятие: помыть, почистить и нарезать овощи. Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку. Виды напитков: способы и правила заваривания чая. Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей; приготовление винегрета	12

13	19.05.26 23.05.26 26.05.26 30.05.26 02.06.26 06.06.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы. Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд, посев и посадка овощных растений, уход за растениями	12
14	09.06.26 13.06.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45	<b>12. «Отдых и увлечения по интересам».</b> <i>Практика:</i> Прогулка по Центру. Вышивка, рисование	4
15	16.06.26 20.06.26 23.06.26 27.06.26 30.06.26	09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	<b>3. «Домашний огород».</b> <i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. <i>Практика:</i> Уход за растениями: полив, подкормка, прополка, борьба с вредителями	10
16	04.07.26 07.07.26 15.08.26 18.08.26 22.08.26 25.08.26	10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15 10.00-10.45 11.00-11.45 09.00-09.45 14.30-15.15	<b>13. «Основы финансовой грамотности».</b> <i>Теория:</i> Деньги, виды денежных знаков. Источники доходов. Основные статьи расходов. Хозяйственные расходы. <i>Практика:</i> Составление списка доходов. Составление списка расходов. Настольная игра «Не в деньгах счастье». Игра «Поход в магазин». Игра - викторина «Вопрос-ответ». Покупка товаров хозяйственного назначения	12
17	29.08.26	10.00-10.45 11.00-11.45	<b>Промежуточная диагностика</b>	2
			<b><i>Итого 2 полугодие</i></b>	<b>96</b>
			<b>Итого за год</b>	<b>164</b>

В связи с праздничными датами произведена корректировка программы 1 года обучения. В 3 подгруппе сокращено количество часов по разделу «Домашний огород» на 4 часа, итого на подгруппу 164 час.

### Календарный план воспитательной работы

<b>№п/п</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	«День знаний»	Праздничное мероприятие	01.09.2025
2	«Огородные диковинки»	Культурно-массовое мероприятие	Октябрь 2025
3	«Святки»	Культурно-массовое мероприятие	Январь 2026
4	«Масленица»	Культурно-массовое мероприятие	Март 2026
5	«Троица»	Культурно-массовое мероприятие	Июнь 2026
6	«День России»	Культурно-массовое мероприятие, Выставка	Июнь 2026
7	«День Российского флага»	Выставка	Август 2026
<b>Итого: 7</b>			

**САНКТ – ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

СОГЛАСОВАНО

Педагог  
дополнительного образования\_\_\_\_\_  
(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  
социально-реабилитационным  
отделением\_\_\_\_\_  
(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ год

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

индивидуальное обучение.

ФИО обучающегося: Федорова Ольга Владимировна.

Александрова Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования

№ п/п	Дата проведения	Время проведения	Название раздела, темы занятия	Количество часов
1			<b>«Введение»</b>	<b>3</b>
2	04.09.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности.	1
3	06.09.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная Диагностика на начало учебного года.	2
4			<b>2. «Россия-моя Родина»</b>	<b>6</b>
5	11.09.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Государственные символы России.	1
6	13.09.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Познавательная игра «Символы России»	2
7	18.09.25	09.00-09.45	Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» Документы, необходимые каждому гражданину	1
8	20.09.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Обсуждение видеофильма «Москва – столица России» Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам. Посещение паспортного стола г. Тосно	2
9			<b>3. «Домашний огород»</b>	<b>12</b>
10	25.09.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. Сезонные работы на участке	1
11	27.09.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы.	2
12	02.10.25	09.00-09.45	Сезонные работы на участке: сбор огурцов	1

			в теплице	
13	04.10.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Сезонные работы на участке: сбор картофеля и его сортировка	2
14	09.10.25	09.00-09.45	Подготовка овощехранилища к хранению овощей	1
15	11.10.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Работа с компостом: сбор листьев для компоста	2
16	16.10.25	09.00-09.45	Работа с компостом: сбор листьев для компоста	1
17	18.10.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Закладка картофеля на хранение. Работа с компостом: укладка листьев в траншеи	2
18			<b>11. «Питание»</b>	<b>3</b>
19	23.10.25	09.00-09.45	Домашние заготовки: технология сушки зелени	1
20	25.10.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Домашние заготовки: технология заморозки ягод	2
21			<b>4. «Жилище»</b>	<b>21</b>
22	30.10.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов.	1
23	01.11.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Дидактическая игра «Что общее?» Настольная игра: планировка помещений квартиры. Рассказ-описание «Наша квартира»	2
24	06.11.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне. Пожар в доме (причины, источники)	1
25	08.11.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Настольная игра: планировка помещений дома. Задание: закончи предложение	2
26	13.11.25	09.00-09.45	<i>Практика:</i> План обустройства гостиной.	1
27	15.11.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Сон — здоровье человека. Обустройство комнаты для сна.	2
28	20.11.25	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Кухня: размещение мебели	1
29	22.11.25	09.00-09.45 14.15-15.00	Практическое занятие: уборка в ванной комнате. Практическое занятие: уборка в туалетной комнате	2
30	27.11.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Уход за жилищем. Инвентарь для уборки квартиры	1
31	29.11.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Подбор и покупка инвентаря.	2
32	04.12.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Моющие средства, их виды.	1
33	06.12.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры. Правила повседневной уборки	2
34	11.12.25	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате»	1
35	13.12.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов	2

36			<b>6. «Растения в доме»</b>	<b>6</b>
37	18.12.25	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта	1
38	20.12.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Теория:</i> Емкости для посадки комнатных растений. <i>Практика:</i> Подготовка емкостей для посадки растений.	2
39	25.12.25	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Размещение комнатных растений в комнате. Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности.	1
40	27.12.25	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Уход за комнатными растениями. Посадка, полив, борьба с вредителями	2
41			<b>Итого 1 полугодие</b>	<b>51</b>
42			<b>6. «Растения в доме»</b>	<b>3</b>
43	15.01.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Огород на подоконнике. Посадка лука	1
44	17.01.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Уход за огородом на подоконнике	2
45			<b>7. «Помощники в доме»</b>	<b>10</b>
46	22.01.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве	1
47	24.01.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Чистка электрической плиты.	2
48	29.01.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Размещение продуктов на полках холодильника.	1
49	31.01.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Размещение продуктов на полках холодильника. <i>Теория:</i> Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве.	2
50	05.02.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Удаление накипи в чайнике.	1
51	07.02.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Правила включения электрического чайника, техника безопасности.	2
52	12.02.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Чистка утюга от нагара	1
53			<b>4. «Жилище»</b>	<b>5</b>
54	14.02.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Теория:</i> Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления) <i>Практика:</i> Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках.	2
55	19.02.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей.	1
56	21.02.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Кровососущие насекомые: клопы,	2

		14.15-15.00	комары (внешний вид) <i>Практика:</i> Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа	
57			<b>9. «Одежда и обувь»</b>	<b>6</b>
58	26.02.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Экскурсия в магазин одежды, обуви. Подбор одежды в зависимости от сезона.	1
59	28.02.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету	2
60	05.03.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> ручная стирка белья и одежды. Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	1
61	07.03.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	2
62			<b>10. «Основы здорового образа жизни»</b>	<b>14</b>
63	12.03.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Личная гигиена (утренний и вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце)	1
64	14.03.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Игра «Волшебный мешочек» <i>Теория:</i> Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья».	2
65	19.03.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Игра «Четвертый лишний». Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья»	1
66	21.03.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению»	2
67	26.03.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Посещение магазина «Магнит-косметик» Покупка предметов для гигиены рук, ног	1
68	28.03.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног	2
69	23.04.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Обсуждение роликов антитабачной направленности	1
70	25.04.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Правила пользования косметическими средствами по уходу за ногами	2
71	30.04.26	09.00-09.45	Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей	1
72	07.05.26	09.00-09.45	Практическое занятие: первичная обработка ногтей: удаление грязи из-под ногтей	1
73			<b>11. «Питание»</b>	<b>9</b>
74	14.05.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Питание и здоровье человека. Режим питания. Санитарные требования к помещению кухни	1
75	16.05.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку	2

76	21.05.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе с режущими инструментами	1
77	23.05.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц. <i>Практика:</i> Уборка рабочей поверхности кухонной мебели	2
78	28.05.26	09.00-09.45	Виды напитков: способы и правила заваривания чая	1
79	30.05.26	09.00-09.45 14.15-15.00	Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей Технология приготовления винегрета	2
80			<b>3. «Домашний огород»</b>	<b>7</b>
81	04.06.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке	1
82	06.06.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы <i>Теория:</i> Сезонные работы на участке	2
83	11.06.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд	1
84	13.06.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Сезонные работы на участке: посев и посадка овощных растений	2
85	18.06.26	09.00-09.45	Сезонные работы на участке: уход за растениями	1
86			<b>12. «Отдых и увлечения по интересам»</b>	<b>4</b>
87	20.06.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Прогулка по Центру.	2
88	25.06.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Вышивка	1
89	27.06.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> рисование. <b>13. «Основы финансовой грамотности»</b> <i>Теория:</i> Деньги, виды денежных знаков.	1 1
90	02.07.26	09.00-09.45	<i>Теория:</i> Источники доходов. Основные статьи расходов. Хозяйственные расходы.	1
91	04.07.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Составление списка доходов.	2
92	13.08.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Составление списка расходов	1
93	15.08.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Настольная игра «Не в деньгах счастье»	2
94	20.08.26	09.00-09.45	Игра «Поход в магазин»	1
95	22.08.26	09.00-09.45 14.15-15.00	<i>Практика:</i> Игра -викторина «Вопрос-ответ»	2
96	27.08.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Планирование хозяйственных расходов.	1

97	29.08.26	09.00-09.45	<i>Практика:</i> Покупка товаров хозяйственного назначения	1
		14.15-15.00	<b>Промежуточная диагностика</b>	1
98			<b><i>Итого 2 полугодие</i></b>	<b>71</b>
99			<b>Итого за год</b>	<b>122</b>

В связи с праздничными датами произведена корректировка программы «Основы ведения домашнего хозяйства». Раздел «Домашний огород» сокращён на 4ч.

Итого: индивидуальная рабочая программа обучающейся Федоровой Ольги Владимировны сокращена на 4 ч и составляет 122ч.

**САНКТ – ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ «ДОМ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ «ИВЕРСКИЙ»  
ИМЕНИ В.Г. ГОРДЕНЧУКА**

СОГЛАСОВАНО

Педагог

дополнительного образования

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

социально-реабилитационным

отделением

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

(Подпись) (Ф.И.О.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ год

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

индивидуальное обучение.

ФИО обучающегося: Калинин Сергей Александрович

Александрова Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования

№ п/п	Дата проведения	Время проведения	Название раздела, темы занятия	Количество часов
			<b>«Введение»</b>	<b>3</b>
1.	04.09.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Цели, задачи курса. Охрана труда. Правила пожарной безопасности.	1
2.	06.09.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Тренировочная эвакуация. День знаний. Входная Диагностика на начало учебного года.	2
			<b>2. «Россия-моя Родина»</b>	<b>6</b>
3.	11.09.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Государственные символы России.	1
4.	13.09.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Познавательная игра «Символы России»	2
5.	18.09.25	14.15-15.00	Видеофильм «Москва – столица нашей Родины» Документы, необходимые каждому гражданину	1
6.	20.09.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Обсуждение видеофильма «Москва – столица России» Участие в митингах в г. Тосно, посвященных государственным праздникам. Посещение паспортного стола г. Тосно	2
			<b>3. «Домашний огород»</b>	<b>12</b>
7.	25.09.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке. Сезонные работы на участке	1
8.	27.09.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы.	2
9.	02.10.25	14.15-15.00	Сезонные работы на участке: сбор огурцов в теплице	1
10.	04.10.25	12.00-12.45	Сезонные работы на участке: сбор	2

		13.00-13.45	картофеля и его сортировка	
11.	09.10.25	14.15-15.00	Подготовка овощехранилища к хранению овощей	1
12.	11.10.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Работа с компостом: сбор листьев для компоста	2
13.	16.10.25	14.15-15.00	Работа с компостом: сбор листьев для компоста	1
14.	18.10.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Закладка картофеля на хранение. Работа с компостом: укладка листьев в траншеи	2
			<b>11. «Питание»</b>	<b>3</b>
15.	23.10.25	14.15-15.00	Домашние заготовки: технология сушки зелени	1
16.	25.10.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Домашние заготовки: технология заморозки ягод	2
			<b>4. «Жилище»</b>	<b>21</b>
17.	30.10.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов.	1
18.	01.11.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Дидактическая игра «Что общее?» Настольная игра: планировка помещений квартиры. Рассказ-описание «Наша квартира»	2
19.	06.11.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Кухня. Санитарно-гигиенические требования к кухне. Пожар в доме (причины, источники)	1
20.	08.11.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Настольная игра: планировка помещений дома. Задание: закончи предложение	2
21.	13.11.25	14.15-15.00	<i>Практика:</i> План обустройства гостиной.	1
22.	15.11.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Сон — здоровье человека. Обустройство комнаты для сна.	2
23.	20.11.25	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Кухня: размещение мебели	1
24.	22.11.25	12.00-12.45 13.00-13.45	Практическое занятие: уборка в ванной комнате. Практическое занятие: уборка в туалетной комнате	2
25.	27.11.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Уход за жилищем. Инвентарь для уборки квартиры	1
26.	29.11.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Подбор и покупка инвентаря.	2
27.	04.12.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Моющие средства, их виды.	1
28.	06.12.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Ассортимент и покупка моющих средств для уборки квартиры. Правила повседневной уборки	2
29.	11.12.25	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Дидактическая игра «Наведи порядок в комнате»	1
30.	13.12.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Повседневная уборка (правила и приемы). Практическое занятие: мытье стен, сметание паутины с потолка и углов, мытье полов	2
			<b>6. «Растения в доме»</b>	<b>6</b>
31.	18.12.25	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Растения в доме, их назначение:	1

			оздоровление, эстетика быта	
32.	20.12.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Теория:</i> Емкости для посадки комнатных растений. <i>Практика:</i> Подготовка емкостей для посадки растений.	2
33.	25.12.25	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Размещение комнатных растений в комнате. Цветущие и декоративнолиственные растения, их особенности.	1
34.	27.12.25	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Уход за комнатными растениями. Посадка, полив, борьба с вредителями	2
			<b>Итого 1 полугодие</b>	<b>51</b>
			<b>6. «Растения в доме»</b>	<b>3</b>
35.	15.01.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Огород на подоконнике. Посадка лука	1
36.	17.01.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Уход за огородом на подоконнике	2
			<b>7. «Помощники в доме»</b>	<b>10</b>
37.	22.01.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Помощники в доме: газовая (электрическая) плита, холодильник. Их назначение в хозяйстве	1
38.	24.01.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Чистка электрической плиты.	2
39.	29.01.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Размещение продуктов на полках холодильника.	1
40.	31.01.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Размещение продуктов на полках холодильника. <i>Теория:</i> Помощники в доме: электрочайник, утюг. Их назначение в хозяйстве.	2
41.	05.02.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Удаление накипи в чайнике.	1
42.	07.02.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Правила включения электрического чайника, техника безопасности.	2
43.	12.02.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Чистка утюга от нагара	1
			<b>4. «Жилище»</b>	<b>5</b>
44.	14.02.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Теория:</i> Насекомые и грызуны в доме - источники разных заболеваний. Тараканы, домашние муравьи (внешний вид, причина появления) <i>Практика:</i> Профилактика появления тараканов, домашних муравьев: уборка в тумбочке и на полках.	2
45.	19.02.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Использование мелка «Машенька» для избавления вредителей.	1
46.	21.02.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Теория:</i> Кровососущие насекомые: клопы, комары (внешний вид) <i>Практика:</i> Использование фумигатора от комаров. Профилактика появления клопов: уборка на полках шкафа	2

			<b>9. «Одежда и обувь»</b>	<b>6</b>
47.	26.02.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Экскурсия в магазин одежды, обуви. Подбор одежды в зависимости от сезона.	1
48.	28.02.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Уход за одеждой: сортировка одежды по цвету	2
49.	05.03.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> ручная стирка белья и одежды. Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	1
50.	07.03.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Влажно-тепловая обработка одежды-глажение	2
			<b>10. «Основы здорового образа жизни»</b>	<b>14</b>
51.	12.03.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Личная гигиена (утренний и вечерний туалет), личные вещи (зубная щетка, мочалка, расческа, полотенце)	1
52.	14.03.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Игра «Волшебный мешочек». <i>Теория:</i> Просмотр видеоролика «Слагаемые здоровья».	2
53.	19.03.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Игра «Четвертый лишний». Обсуждение видеоролика «Слагаемые здоровья»	1
54.	21.03.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Квест-игра «Путешествие в страну «Гигиению»	2
55.	26.03.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Посещение магазина «Магнит-косметик» Покупка предметов для гигиены рук, ног	1
56.	28.03.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Экскурсия в магазин «Улыбка радуги», покупка средств для ухода за кожей рук и ног	2
57.	23.04.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Обсуждение роликов антитабачной направленности	1
58.	25.04.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Правила пользования косметическими средствами по уходу за ногами	2
59.	30.04.26	14.15-15.00	Практическое занятие: первичная обработка ногтей: подстригание ногтей	1
60.	07.05.26	14.15-15.00	Практическое занятие: первичная обработка ногтей: удаление грязи из-под ногтей	1
			<b>11. «Питание»</b>	<b>9</b>
61.	14.05.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Питание и здоровье человека. Режим питания. Санитарные требования к помещению кухни	1
62.	16.05.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Кухонная утварь: игра «Что лишнее». Сервировка стола к завтраку	2
63.	21.05.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе с режущими инструментами	1
64.	23.05.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Размещение хлебобулочных изделий. Яйца: определение степени свежести яиц.	2

			<i>Практика:</i> Уборка рабочей поверхности кухонной мебели	
65.	28.05.26	14.15-15.00	Виды напитков: способы и правила заваривания чая	1
66.	30.05.26	12.00-12.45 13.00-13.45	Технология приготовления блюд из овощей: приготовление овощного салата из свежих овощей Технология приготовления винегрета	2
			<b>3. «Домашний огород»</b>	<b>7</b>
67.	04.06.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Техника безопасности при работе на огородном участке	1
68.	06.06.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Инструменты и инвентарь для работы на участке подбор по росту, в зависимости от вида работы <i>Теория:</i> Сезонные работы на участке	2
69.	11.06.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Сезонные работы на участке: подготовка почвы, устройство гряд	1
70.	13.06.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Сезонные работы на участке: посев и посадка овощных растений	2
71.	18.06.26	14.15-15.00	Сезонные работы на участке: уход за растениями	1
			<b>12. «Отдых и увлечения по интересам»</b>	<b>4</b>
72.	20.06.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Прогулка по Центру.	2
73.	25.06.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Вышивка	1
	27.06.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> рисование. <b>13. «Основы финансовой грамотности»</b> <i>Теория:</i> Деньги, виды денежных знаков.	1
74.	02.07.26	14.15-15.00	<i>Теория:</i> Источники доходов. Основные статьи расходов. Хозяйственные расходы.	1
75.	04.07.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Составление списка доходов.	2
76.	13.08.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Составление списка расходов	1
77.	15.08.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Настольная игра «Не в деньгах счастье»	2
78.	20.08.26	14.15-15.00	Игра «Поход в магазин»	1
79.	22.08.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Игра -викторина «Вопрос-ответ»	2
80.	27.08.26	14.15-15.00	<i>Практика:</i> Планирование хозяйственных расходов.	1
81.	29.08.26	12.00-12.45 13.00-13.45	<i>Практика:</i> Покупка товаров хозяйственного назначения <b>Промежуточная диагностика</b>	1 1
			<b>Итого 2 полугодие</b>	<b>71</b>
			<b>Итого за год</b>	<b>122</b>

В связи с праздничными датами произведена корректировка программы «Основы ведения домашнего хозяйства». Раздел «Домашний огород» сокращён на 4ч.

Итого: индивидуальная рабочая программа обучающегося Калинина Сергея Александровича сокращена на 4 ч и составляет 122ч.