

Тамбовское областное государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению Педагогическим советом  
Протокол от 27.08.2024 № 1

Утверждена  
приказом от 02.09.2024 № 209-о

**Рабочая программа  
по предмету  
«Домоводство»  
для обучающихся 7 класса  
с расстройствами аутистического спектра  
с умственной отсталостью  
(вариант 2)**

**Составитель:**  
учитель Моксина О.В.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – Стандарт) и адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС с УО) Тамбовского областного государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения».

Изменения в жизни нашего общества вызвали необходимость возрождения социального статуса семьи, укрепления в ней устойчивых, уважительных семейных отношений. Многовековые традиции каждого народа базируются на традициях семьи и дома. Об этом свидетельствуют национальные эпосы, народные сказки, песни, пословицы, поговорки, загадки. «Строили» дом семейно, вместе и мужчины, и женщины, старики и дети. У каждого было свое дело: у одного — хлеб печь и рубашки шить, у другого — дрова рубить да воду носить. Семейные законы и обязанности были записаны в «Домострое» — своде житейских правил русского народа. Многие из них в жизни утрачены, забыты, но в течение времени оказалось, что, утратив законы семьи, общество ослабило устои всего государства. Чтобы возродить гражданские чувства и устремления, необходимо возродить устои семьи. Что необходимо для нормальной жизни каждому человеку? Очаг, добрая, здоровая, дружная семья. Значит, главное человеческое умение — создать семью, обустроить дом, уметь сообща вести хозяйство. Для создания крепкой семьи необходимо, чтобы люди, ее создающие, стремились стать рачительными хозяевами в своем доме. Несмотря на то что эти понятия имеют, казалось бы, частный характер, все же в процессе воспитания подрастающего поколения они становятся важными для формирования общественно значимой личности. Реализация комплексного подхода к воспитанию нравственных свойств личности особенно актуальна в отношении детей и подростков с умственной недостаточностью, так как они являются полноправными членами общества и, как все граждане, имеют право на создание семьи, воспитание детей, право на личную и частную собственность.

Актуальность предмета «Домоводство» заключается в том, что обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Владение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Среди различных видов деятельности человека ведущее место занимает труд; он служит важным средством развития духовных, нравственных, физических способностей человека. В обществе именно труд обуславливает многостороннее влияние на формирование личности, выступает способом удовлетворения потребностей, созидателем общественного богатства, фактором социального прогресса.

Учебный предмет «Домоводство» входит в предметную область «Окружающий мир».

Цель изучения предмета: повышение самостоятельности учащихся в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Учебный предмет «Домоводство» должен способствовать решению следующих задач:

- формировать знания и умения, способствующие социальной адаптации обучающихся;
- развивать умения, необходимые для осуществления своей жизнедеятельности в режиме самостоятельности;
- формировать бытовые навыки;
- повышать у обучающихся уровень познавательной активности и расширять объем имеющихся знаний и представлений об окружающем мире;
- воспитывать у обучающихся позитивные качества характера: общительность, трудолюбие, аккуратность, дисциплинированность, отзывчивость, настойчивость, ответственность;
- учиться обращаться с хозяйственным инвентарем;
- освоить действия по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами, которые в последующем сможет применять как в быту, так и в последующей трудовой деятельности.

Программа по предмету «Домоводство» включает следующие разделы: «Покупки», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уход за вещами», «Уборка помещений и территории».

### **Нормативная база**

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;

3. Учебным планом;

4. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

5. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. №1026.

### **Сведения о примерной программе**

Рабочая программа по курсу «Домоводство» составлена на основе примерной Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 кл.: /Под редакцией И.М. Бгажноковой – 5-е издание. М.: Просвещение, 2013.

### **Внесённые изменения**

В связи с индивидуальными особенностями обучающихся, при составлении программы «Домоводство» учитывалось следующее:

- программный материал по каждому разделу дан в сравнительно небольшом объеме;
- программа предусматривает наряду с изучением нового материала постоянное закрепление и повторение изученного, причем повторение предполагает постепенное расширение и углубление ранее изученных знаний;
- программа предусматривает широкое использование наглядности, дидактического материала;
- значительное место в программе отводится привитию у обучающихся практических умений и навыков;
- программа составлена таким образом, что позволяет учителю варьировать требования к обучающимся в зависимости от их индивидуальных возможностей.
- программой предусмотрены интегрированные формы обучения (межпредметные связи).

Трудности, испытываемые обучающимися с умственной отсталостью при изучении математики обусловили необходимость внесения некоторых изменений в программу:

- увеличено количество часов по разделам «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи»;

- уменьшено количество часов по разделу «Уборка помещений».

Изменения, внесенные в рабочую программу направлены на изменение отдельных тем и замещение их более доступными и важными для обучающихся данного класса.

На каждый изучаемый раздел программы отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы обучающимися.

### **Место и роль учебного курса**

Курс «Домоводство» направлен на овладение элементарными трудовыми навыками обучающимися с умственной отсталостью, образовательной целью которого является формирование социальных навыков, которые помогут в дальнейшем данной категории обучающихся обрести доступную им степень самостоятельности в трудовой деятельности.

Содержания курса «Домоводство» формирует представления о близких и конкретных фактах общественной жизни, труда и быта людей.

Предмет «Домоводство» изучается в 5-10 классах:

- в 5 классе – 102 часа (34 недели по 3 часа);
- в 6 классе – 170 часов (34 недели по 5 часов);
- в 7 классе – 170 часов (34 недели по 5 часов);
- в 8 классе – 170 часов (34 недели по 5 часов);
- в 9 классе – 170 часов (34 недели по 5 часов);
- в 10 классе – 170 часов (34 недели по 5 часов).

### **Информация о количестве учебных часов**

Согласно учебному плану на изучение курса по предмету «Домоводство» в 7 классе отводится 5 часов в неделю, 170 часов в год (34 недели).

### **Формы организации образовательного процесса:**

- урок;
- практическая работа;
- самостоятельная работа;
- фронтальная работа.

### **Технологии обучения:**

- личностно-ориентированное;
- деятельностный подход;
- уровневая дифференциация;
- информационно-коммуникативные;

-игровые.

### **Механизмы формирования ключевых компетенций:**

- ценностно-смысловые;
- общекультурные;
- учебно-познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- социально-трудовые.

### **Виды и формы контроля**

Для определения степени достижения целей обучения, уровня сформированности знаний, умений, навыков, а также выявления уровня развития обучающихся с целью корректировки методики обучения используется текущий, промежуточный и итоговый контроль. Контроль знаний и умений осуществляется с помощью практических работ.

В процессе обучения используются технологические и инструкционные карты, дидактические материалы для личного использования обучающимися на уроках. На каждом занятии предусматривается включение обучающихся в практическую деятельность продуктивного характера.

Для информационно-компьютерной поддержки учебного процесса предполагается использование программно-педагогических средств, реализуемых с помощью компьютера.

### **Планируемый уровень подготовки обучающихся**

В соответствии с требованиями к результатам освоения АООП образования обучающихся с УО федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по предмету «Домоводство» направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с РАС с УО.

Личностные результаты освоения АООП образования обучающихся с УО включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

### **Личностные результаты:**

- 1) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 2) овладение социальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- 2) развитие чувства уважения к учителю и ученикам класса;
- 3) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- 3) развитие мотивации к обучению;
- 6) развитие положительных свойств и качеств личности;
- 7) готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

**Предметные результаты** изучения предмета «Домоводство» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса, включают два компонента: минимальный уровень и достаточный уровень, а именно:

### **Минимальный уровень**

- овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома;
- уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения.

### **Достаточный уровень**

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи;
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

## **Информация об используемом учебнике**

Предмет «Домоводство» учебником не обеспечен.

## **Содержание рабочей программы**

### **Раздел 1. Покупки – 23 часа.**

Выбор места совершения покупок. Планирование покупок. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара. Что нужно брать с собой в магазин? Соблюдение последовательности действий

при расчете на кассе. Нахождение нужного товара в магазине. Складывание покупок в пакет. Магазин продуктов. Раскладывание продуктов в места хранения. Магазин одежды. Раскладывание вещей в места хранения. Что такое рынок? Игра «Поход в магазин».

## **Раздел 2. Обращение с кухонным инвентарем – 55 часов.**

Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Узнавание предметов посуды для сервировки (тарелка, стакан, кружка). Узнавание предметов посуды для сервировки (ложка, чайная ложка, вилка, нож). Различение предметов посуды для сервировки. Узнавание предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода). Игра «Варим-жарим». Узнавание предметов посуды для приготовления пищи (чайник, половник, нож). Игра «Угадай тень». Узнавание и различение кухонных принадлежностей (разделочная доска, овощечистка, шумовка, венчик). Узнавание и различение кухонных принадлежностей (дуршлаг, пресс для чеснока, открывалка). Игра «Мы на кухне». Различение чистой и грязной посуды.

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд. Игра «Сервируем стол». Обращение с бытовыми приборами. Узнавание и различение бытовых приборов (блендер, холодильник, электрический чайник, миксер, тостер). Правила техники безопасности при использовании электробытовыми приборами. Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником. Соблюдение последовательности действий при пользовании микроволновой печью. Помощники в доме: электрочайник, его назначение в хозяйстве. Хранение посуды и бытовых приборов. Игра «Разложи по местам».

## **Раздел 3. Приготовление пищи – 52 часа.**

Подготовка к приготовлению блюда. Правила гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления пищи. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду. Постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Соблюдение действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня,



выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Ежедневное меню. Стоимость основных продуктов питания для семьи. Продуктовая корзина на неделю. Завтраки (содержание меню). Бутерброды, их виды, правила приготовления. Каши (манная, гречневая). Блюда из яиц (яичницы, омлеты). Напитки для завтрака (соки, чай, кофе). Продукты для праздника, их расчетная стоимость. Меню для праздничного стола на 6 персон. Праздничная кулинария (3—5 рецептов). Праздничное тесто (пирог, пирожки, печенье). Сервирование праздничного стола (скатерть и салфетки из ткани, однородная посуда и столовые приборы). Украшения на столе (свечи, цветы).

#### **Раздел 4. Уход за вещами – 15 часов.**

Ручная стирка. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определения количества моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки). Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье. Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима. Мытье и сушка машины. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой.

#### **Раздел 5. Уборка помещений – 15 часов.**

Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхности мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды). Уборка пола. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка дома (квартиры) к приему гостей (уборка, гигиена помещений). Дизайн

**Раздел 6. Уборка территории – 10 часов.**

Уход за уборочным инвентарем. Уборка бытового мусора. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега.

**Учебно – тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Количество часов</b>
1	Покупки - теория - практика	<b>23</b> 14 9
2	Обращение с кухонным инвентарем - теория - практика	<b>55</b> 31 24
3	Приготовление пищи - теория - практика	<b>52</b> 36 16
4	Уход за вещами - теория - практика	<b>15</b> 10 5
5	Уборка помещений - теория - практика	<b>15</b> 9 6
6	Уборка территории - теория - практика	<b>10</b> 5 5
<b>Итого:</b>		<b>170 часов</b>

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по предмету «Домоводство» в 7 классе направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

**Личностные результаты:**

- 1) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 2) овладение социальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- 2) развитие чувства уважения к учителю и ученикам класса;
- 3) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- 3) развитие мотивации к обучению;
- 6) развитие положительных свойств и качеств личности;
- 7) готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

**Предметные результаты** изучения предмета «Домоводство» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса, включают два компонента: минимальный уровень и достаточный уровень, а именно:

**Минимальный уровень**

- овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома;
- уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола;
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения.

**Достаточный уровень**

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи;
- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

### **Литература и средства обучения**

Основной базой обучения служат:

- ✓ оборудованный учебный кабинет;
- ✓ кабинет СБО, имеющий кухонное оборудование и инвентарь;
- ✓ школьный земельный участок;
- ✓ уборочный инвентарь;
- ✓ предметы санитарного оборудования;
- ✓ школьные помещения.

**Основная литература:**

Рабочая программа по курсу «Домоводство» составлена на основе примерной Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 кл.: /Под редакцией И.М. Бгажноковой – 5-е издание. М.: Просвещение, 2013.

#### **Дополнительная литература:**

1. *Выготский Л.С.* Мышление и речь. — М.: Лабиринт, 1999.
2. *Екжанова Е.А., Стребелева Е.А.* Коррекционно-развивающее обучение и воспитание. — М.: Просвещение, 2003.
3. *Запорожец А.В.* Избранные психологические труды. В 2-х томах. — М., 1986.
4. *Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Смысл, 2004.
5. Проектирование процесса обучения во втором отделении специальной (коррекционной) школы для детей с нарушением интеллекта, методические рекомендации, I часть, Алматы, 2010
6. Ремесленные мастерские: от терапии к профессии. Под ред. Ю.В. Липес. — М.: Теревинф, 2004.
7. *Смирнова Е.О.* Детская психология. — М.: Владос, 2003.
8. *Шаргородская Л.В.* Формирование и развитие предметно-практической деятельности на индивидуальных занятиях Л.В.Шаргородская. — М.: Теревинф, 2006 –56 с.– (Лечебно-педагогические программы).

#### **Электронные ресурсы:**

1. [www.school-collection.edu.ru](http://www.school-collection.edu.ru)
2. <http://zavuch.info/forums.html>
3. <http://www.grammar.ru>
4. <http://www.openclass.ru>

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета  
«Домоводство»**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата по плану</b>	<b>Дата по факту</b>
<b>Покупки – 23 часа</b>				
1	Вводный инструктаж по ТБ. Вводный урок. Выбор места совершения покупок.	1		
2-3	Планирование покупок. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара. <i>Практическая работа.</i>	2		
4-5	Что нужно брать с собой в магазин? <i>Практическая работа.</i>	2		
6-7	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе. <i>Практическая работа.</i>	2		
8-9	Нахождение нужного товара в магазине.	2		
10-11	Складывание покупок в пакет. <i>Практическая работа.</i>	2		
12-13	Магазин продуктов.	2		
14-15	Раскладывание продуктов в места хранения. <i>Практическая работа.</i>	2		
16-17	Магазин одежды. <i>Практическая работа.</i>	2		
18-19	Раскладывание вещей в места хранения. <i>Практическая работа.</i>	2		
20-21	Что такое рынок? <i>Практическая работа.</i>	2		
22-23	Игра «Поход в магазин»	2		

	<i>Практическая работа.</i>			
<b>Обращение с кухонным инвентарем – 55 часов</b>				
24-25	Что такое посуда? Мытье посуды.	2		
26-27	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой	2		
28-29	Обращение с посудой. Чистка посуды. <i>Практическая работа.</i>	2		
30-31	Узнавание предметов посуды для сервировки (тарелка, стакан, кружка). <i>Практическая работа.</i>	2		
32-33	Узнавание предметов посуды для сервировки (ложка, чайная ложка, вилка, нож). <i>Практическая работа.</i>	2		
34-35	Различение предметов посуды для сервировки. <i>Практическая работа.</i>	2		
36-37	Узнавание предметов посуды для приготовления пищи (разделочная доска, венчик, шумовка, овощечистка). <i>Практическая работа.</i>	2		
38-39	Игра «Варим-жарим». <i>Практическая работа.</i>	2		
40-41	Узнавание предметов посуды для приготовления пищи (чайник, половник, нож). Игра «Угадай тень». <i>Практическая работа.</i>	2		
42-43	Узнавание и различение кухонных принадлежностей (пресс для чеснока, терка, разделочная доска, лопатка, венчик). <i>Практическая работа.</i>	2		
44-45	Узнавание и различение кухонных принадлежностей (дуршлаг, шумовка, открывалка). <i>Практическая работа.</i>	2		

46-47	Игра «Мы на кухне». <i>Практическая работа.</i>	2		
48-49	Накрывание на стол. <i>Практическая работа.</i>	2		
50-51	Выбор посуды и столовых приборов. <i>Практическая работа.</i>	2		
52-53	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. <i>Практическая работа.</i>	2		
54-55	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола. <i>Практическая работа.</i>	2		
56-57	Накрывание стола скатертью, расставление посуды. <i>Практическая работа.</i>	2		
58-59	Раскладывание столовых приборов, салфеток, расставление солоннок и ваз, расставление блюд. <i>Практическая работа.</i>	2		
60-61	Игра «Сервируем стол». <i>Практическая работа.</i>	2		
62-63	Обращение с бытовыми приборами. <i>Практическая работа.</i>	2		
64-65	Узнавание и различение бытовых приборов (блендер, холодильник, электрический чайник, миксер, тостер). <i>Практическая работа.</i>	2		
66-67	Правила техники безопасности при использовании электробытовыми приборами.	2		
68-70	Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником. <i>Практическая работа.</i>	3		
71-72	Соблюдение последовательности действий при пользовании микроволновой печью. <i>Практическая работа.</i>	2		
73-74	Помощники в доме:	2		

	электрочайник, его назначение в хозяйстве. <i>Практическая работа.</i>			
75-76	Хранение посуды и бытовых приборов. <i>Практическая работа.</i>	2		
77-78	Игра «Разложи по местам». <i>Практическая работа.</i>	2		
<b>Приготовление пищи- 52 часа</b>				
79-82	Подготовка к приготовлению блюда. Правила гигиены при приготовлении пищи.	4		
83-85	Выбор продуктов, необходимых для приготовления пищи. <i>Практическая работа.</i>	3		
86-88	Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натираание продуктов. <i>Практическая работа.</i>	3		
89-91	Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). <i>Практическая работа.</i>	3		
92-94	Обработка продуктов. Мытье продуктов. <i>Практическая работа.</i>	3		
95-97	Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду. <i>Практическая работа.</i>	3		
98-100	Постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. <i>Практическая работа.</i>	3		
101-103	Соблюдение действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня,	3		



	выкладывание полуфабриката на противень. <i>Практическая работа.</i>			
104-106	Постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. <i>Практическая работа.</i>	3		
107-109	Ежедневное меню. <i>Практическая работа.</i>	3		
110-112	Стоимость основных продуктов питания для семьи. Продуктовая корзина на неделю. Завтраки (содержание меню). <i>Практическая работа.</i>	3		
113-115	Бутерброды, их виды, правила приготовления. <i>Практическая работа.</i>	3		
116-118	Каша (манная, гречневая). <i>Практическая работа.</i>	3		
119-121	Блюда из яиц (яичницы, омлеты). Напитки для завтрака (соки, чай, кофе). <i>Практическая работа.</i>	3		
122-124	Продукты для праздника, их расчетная стоимость. Меню для праздничного стола на 6 персон. <i>Практическая работа.</i>	3		
125-127	Праздничная кулинария (3—5 рецептов). Праздничное тесто (пироги, пирожки, печенье). <i>Практическая работа.</i>	3		
128-130	Сервирование праздничного стола (скатерть и салфетки из ткани, однородная посуда и столовые приборы). Украшения на столе (свечи, цветы). <i>Практическая работа.</i>	3		
<b>Уход за вещами – 15 часов</b>				
131-	Ручная стирка. Соблюдение	3		

133	последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определения количества моющего средства, определение количества моющего средства. <i>Практическая работа.</i>			
134-136	Замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. <i>Практическая работа.</i>	3		
137-139	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки). <i>Практическая работа.</i>	3		
140-142	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье. Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима. Мытье и сушка машины. <i>Практическая работа.</i>	3		
143-145	Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой. <i>Практическая работа.</i>	3		
<b>Уборка помещения – 15 часов</b>				
146-148	Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности	3		

	мебели.			
149-151	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхности мебели. <i>Практическая работа.</i>	3		
152-154	Уборка пола. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. <i>Практическая работа (2)</i>	3		
155-157	Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. <i>Практическая работа (2)</i>	3		
158-160	Подготовка дома (квартиры) к приему гостей (уборка, гигиена помещений). Дизайн праздничного дома <i>Практическая работа.</i>	3		
<b>Уборка территории – 10 часов</b>				
161-163	Уход за уборочным инвентарем. <i>Практическая работа.</i>	3		
164-170	Уборка бытового мусора. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. <i>Практическая работа (4)</i>	7		

