

Приложение  
К АДАптиРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ПРОГРАММЕ ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С НАРУШЕНИЕМ  
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА И УМЕРЕННОЙ УМСТВЕННОЙ  
ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ),  
ТЯЖЕЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ  
(ВАРИАНТ 6.4)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета

**ДОМОВОДСТВО**

5-12 классы

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Домоводство» разработана в соответствии с:

-Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

-Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата и умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями в развитии вариант 6.4 МБОУ СОШ №5

-Учебным планом МБОУ СОШ №5

Цели:

- социальная адаптация учащихся;
- подготовка учеников к посильной хозяйственной деятельности в семье, повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Задачи:

- развитие интереса к трудовой деятельности;
- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Наблюдение и опыт изучения социальной адаптации учащихся, имеющих особенности развития, показывает большие трудности в их приспособлении к самостоятельной практической жизни.

Учащийся часто сам не в состоянии выделить и освоить те социальные компоненты, которые обеспечат ему благополучное существование в современном социуме. Задача предмета «Домоводство» сориентировать, помочь разобраться в окружающей обстановке, сформировать осведомленность в бытовых и социальных вопросах, сформировать адаптивные знания, умения и навыки на доступном уровне. Предмет «Домоводство» тесно связан с такими дисциплинами как «Человек», «Окружающий социальный мир». Например, на уроках окружающего мира, на основе ознакомления с предметами и явлениями окружающей действительности наряду с другими сообщаются сведения о семье, охране здоровья, одежде и обуви. На уроках по формированию математических представлений, кроме прочего, осуществляется формирование элементарных знаний по экономике ведения домашнего хозяйства. На уроках домоводства усиливается внимание к вопросам, связанным с организацией своего быта. Уроки домоводства имеют ярко выраженную коррекционную направленность. Домоводство – это организованное социальное общение, позволяющее формировать коммуникативные навыки. Как образовательная область предмет домоводства решает задачу сделать этот процесс осмысленным, а социальное поведение привычным и системным, то есть «привязанным» к определенным жизненным и бытовым ситуациям.

#### Промежуточная аттестация.

Оценивание знаний, умений и навыков, полученных на уроках Домоводства, происходит по основным разделам программы. Данные в процентном соотношении заносятся в СИПР.

Формой проведения промежуточной аттестации является выполнение практической работы, анализ которой проводится учителем. Оценивается степень сформированности тех или иных функций, которые необходимы для выполнения практической работы.

Таким образом, определённые функции могут быть сформированы, формироваться или не сформированы. Прослеживается динамика формирования функций у каждого обучающегося.

*Промежуточная и итоговая аттестация* обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по учебному предмету «Домоводство» проводится на основании выявленных у обучающихся умений в доступной форме по овладению планируемыми личностными и предметными результатами освоения АООП.

*Промежуточная* (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года. По итогам освоения отраженных в СИПР задач и анализа результатов обучения составляется развернутая характеристика учебной деятельности ребёнка, оценивается динамика развития его жизненных компетенций.

*Промежуточная* (годовая) аттестация осуществляется в течение последних двух недель учебного года путем наблюдения за выполнением обучающимися специально подобранных заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обучения. При оценке результативности обучения важно учитывать затруднения обучающихся в освоении предмета, которые не должны рассматриваться как показатель неуспешности их обучения и развития в целом.

Система оценки результатов отражает степень выполнения обучающимся СИПР, взаимодействие следующих компонентов:

- что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода,
- что из полученных знаний и умений он применяет на практике,
- насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет.

Оценка достижений предметных результатов основывается на качественных критериях по итогам выполняемых практических действий: «выполняет действие самостоятельно», «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной), «выполняет действие по образцу», «выполняет действие с частичной физической помощью», «выполняет действие со значительной физической помощью», «действие не выполняет»; «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

*Методы и средства оценки:* практическая работа, опрос (исходя из возможностей ребенка). *Критерии:* степень самостоятельности и потребности в посторонней помощи (самостоятельно, направляющая, контролирующая, стимулирующая), полнота знаний, прочность усвоения и умения их применять.

## **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Программа предмета «Домоводство» в начальной школе рассчитана на 5 лет (с 5 по 9 класс). В учебном плане на изучение предмета выделено 782 часа:

- в 5 классе составляет – 102 часа за год (3 часа в неделю);
- в 6 классе составляет – 170 часов за год (5 часов в неделю);
- в 7 классе составляет – 170 часов за год (5 часов в неделю);
- в 8 классе составляет – 170 часов за год (5 часов в неделю);
- в 9 классе составляет – 170 часов за год (5 часов в неделю);

## **Личностные и предметные результаты освоения предмета**

### Личностные результаты освоения программы:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыка сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

В соответствии с требованиями ФГОС ООО В.9.2 для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью с ТМНР (вариант 2) предметные результаты по предмету «Домоводство» планируются с учётом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Предметные результаты освоения программы:

*Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома:*

- умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола и

др.;

- умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне и др.
- умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения;
- умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

## **Содержание учебного предмета**

### **5 КЛАСС**

#### **Уборка территории (16 часов)**

Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки бытового мусора. Сгребание листьев и травы на участке. Специальный инвентарь для работы на участке. Хранение инвентаря. Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки снега. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря для уборки снега.

#### **Уборка помещения (29 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Инвентарь, средства, знакомство с практическими действиями. Уборка поверхностей интерьера (мебель). Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при уборке. Уборка пола (выбор инвентаря). Сметание мусора на полу. Заметание мусора на совок. Высыпание мусора в урну. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Правила ТБ при работе с пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при мытье пола. *Уборка зеркальных поверхностей.* Правила ТБ при

мытью зеркала. Выбор инвентаря и средств. Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала. Мытьё зеркала.

### **Уход за вещами (25 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету (белое и цветное белье). Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шерстяная ткань). Сортировка вещей по назначению (постельное, кухонное белье, одежда). Сортировка по предметам одежды (майки, брюки, рубашки, носки). Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание, застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку). Автоматическая машинка для стирки белья. Закладывание белья в машину. Вынимание белья из машины. Складывание вещей: постельного (кухонного) белья, предметов одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Складывание вещей на хранение. Определение необходимости чистки обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Знание (различение) средств для чистки обуви. Выбор чистящего средства. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Практическая работа: чистка обуви.

### **Обращение с кухонным инвентарём (12 часов)**

Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож). Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание



посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.

### **Приготовление пищи (13 часов)**

Узнавание (различение) напитков (вода, чай, сок, какао, лимонад, компот, квас, кофе). Узнавание напитка по упаковке. Узнавание (различение) молочных продуктов (молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое). Узнавание упаковок с молочным продуктом. Знание (соблюдение) правил хранения молочных продуктов. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю.

### **Покупки (7 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака.

## **6 КЛАСС**

### **Уборка территории (15 часов)**

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Стребание листьев и травы. Уборка снега: стребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### **Уборка помещения (30 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Мытьё поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала. Мытьё зеркала. Соблюдение последовательности действий при мытье окна. Мытьё стекла.

### **Уход за вещами (30 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка белых х/б

вещей (кухонные полотенца, салфетки). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Мытье (сушка) машины. Складывание вещей с предварительной сортировкой. Вывешивание одежды на вешалки различной конфигурации. Сухая чистка одежды. Складывание вещей на длительное хранение (на зиму). Определение необходимости мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Знание (различение) средств для мытья обуви. Выбор средства для мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Мытьё обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### **Обращение с кухонным инвентарём (30 часов)**

Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды, Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, дуршлаг, шумовка, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка, скалка и др.). Различение бытовых приборов по назначению (блендер, электрический чайник, холодильник). Соблюдение последовательности действий при пользовании электроприборами. Знание правил техники безопасности при пользовании электроприборами на кухне. Хранение электроприборов. Мытьё приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

### **Приготовление пищи (40 часов)**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне. Выбор

продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Соблюдение правил и последовательности действий при обработке продуктов: мытье продуктов, чистка овощей, резание ножом, натирание продуктов на тёрке. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака. Соблюдение последовательности действий при приготовлении чая: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (электрический чайник, заварочный чайник, чайный сервиз). Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба. Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из яиц: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей. Соблюдение последовательности действий при приготовлении винегрета: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей. Сервировка стола к завтраку.

### **Покупки (25 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.

## 7 КЛАСС

### **Уборка территории (15 часов)**

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Сгребание листьев и травы. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### **Уборка помещения (30 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Мытьё поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных вещей. Мытьё стеклянных вещей.

### **Уход за вещами (30 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.

Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка цветных х/б вещей (детские вещи). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Мытье (сушка) машины. Глажение утюгом. Узнавание (различение) составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Складывание вещей на длительное хранение (на лето). Определение необходимости чистки обуви спец. средствами. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Знание (различение) средств для чистки обуви. Выбор средства для чистки обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Чистка обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### **Обращение с кухонным инвентарём (30 часов)**

Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды. Различение бытовых приборов по назначению (миксер, тостер, СВЧ-печь). Соблюдение последовательности действий при пользовании электроприборами. Знание правил техники безопасности при пользовании электроприборами на кухне. Хранение электроприборов. Мытье приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

### **Приготовление пищи (40 часов)**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Узнавание (различение) мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки). Узнавание (различение) круп и бобовых, готовых к употреблению (консервированная фасоль, кукуруза, горошек, свежий горох) и требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание (соблюдение) правил хранения круп и бобовых. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении ужина. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при приготовлении компота, киселя, отварных макарон, отварного картофеля, картофельного пюре, каш на воде и молоке, запеканки из крупы: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.

### **Покупки (25 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.

## 8 КЛАСС

### **Уборка территории (15 часов)**

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Стребание листьев и травы. Уборка снега: стребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### **Уборка помещения (30 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие чистки поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Чистка поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных поверхностей мебели. Мытьё стеклянных поверхностей мебели.

### **Уход за вещами (30 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка



программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка вещей (куртки, брюки). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Мытье (сушка) машины. Глажение утюгом. Узнавание (различение) составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Глажка х/б белья. Определение необходимости чистки обуви спец. средствами. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Знание (различение) средств для чистки обуви. Выбор средства для чистки обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Чистка обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### **Обращение с кухонным инвентарём (25 часов)**

Различение бытовых приборов по назначению (мясорубка, кухонный комбайн, мультиварка, кофеварка). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Хранение электроприборов. Мытьё приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

### **Приготовление пищи (45 часов)**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Узнавание (различение) рыбы (рыбных продуктов), готовых к употреблению и требующих обработки (приготовления). Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению и требующих обработки (приготовления). Знакомство со способами обработки (приготовления) мяса (мясных продуктов) и рыбы (рыбных продуктов). Знание

(соблюдение) правил хранения мяса и рыбы. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении обеда. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при приготовлении обеда. 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. Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание.

### **Покупки (25 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.

## **9 КЛАСС**

### **Уборка территории (15 часов)**

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Стребание листьев и травы. Уборка снега: стребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### **Уборка помещения (30 часов)**

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие чистки поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Чистка поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных и зеркальных поверхностей в доме. Мытье стеклянных и зеркальных поверхностей в доме.

### **Уход за вещами (30 часов)**

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка вещей (по выбору). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Мытье (сушка) машины. Глажение утюгом. Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Глажка одежды. Определение необходимости мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Знание

(различение) средств для мытья обуви. Выбор средства для мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Мытье обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### **Обращение с кухонным инвентарём (25 часов)**

Различение бытовых приборов по назначению (соковыжималка, хлебопечка, электроблинница, посудомоечная машина). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Хранение электроприборов. Мытье приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку, обеду, ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

### **Приготовление пищи (45 часов)**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад). Знание (соблюдение) правил хранения кондитерских изделий. Различение растений огорода и сада (овощи, пряная зелень, фрукты, ягоды). Знание (соблюдение) правил хранения овощей, пряной зелени, фруктов, ягод. Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов и готовых продуктов (сушка, замораживание, консервирование): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря. Узнавание (различение) мучных изделий, готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки,

баранки, сухари). Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий. Узнавание (различение) муки разных сортов. Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий. Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку, обеду, ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд. Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической духовки, подготовка теста, вырезание продукта формочкой, раскладывание на жарочном листе, предварительно подготовленном к выпечке, установка таймера на определённое время, установка листа в духовку, выпекание продукта). Перемешивание продуктов (муки) ложкой (венчиком, миксером/блендером). Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, переворачивание продукта. Раскатывание теста скалкой. Праздничная сервировка стола.

### **Покупки (25 часов)**

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Расчётные операции в магазине. Использование денег и банковских карт. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.

**Тематическое планирование**  
**5 класс**

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>9</b>
1	Экскурсия на участок. Работа дворника на прилегающей к школе территории. Наблюдение за работой дворника на улице. Площадка с контейнерами для мусора.	1
2	Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки бытового мусора на территории, прилегающей к школе.	1
3	Узнавание (различение) спецодежды для работы на улице.	1
4	Выбор инвентаря для подметания дорожек, уборки бытового мусора. Практическая работа «Уборка территории».	1
5	Узнавание (различение) площадок и дорожек, предназначенных для уборки.	1
6	Выбор инвентаря и специальной одежды для сгребания листьев.	1
7	Практическая работа «Сгребание листьев и травы на участке».	1
8	Ветродувка. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
9	Практическая работа «Хранение инвентаря».	1
<b><i>Покупки</i></b>		<b>7</b>
10	Выбор места совершения покупок (продуктовый магазин).	1
11	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
12	Нахождение нужного товара в магазине.	1
13	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
14	Складывание покупок в сумку.	1
15	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
16	Раскладывание продуктов в места хранения.	1

<b>Обращение с кухонным инвентарём.</b>		<b>12</b>
17	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	1
18	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	1
19	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска).	1
20	Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды.	1
21	Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды.	1
22	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	1
23	Практическая работа: чистка посуды.	1
24	Практическая работа: выбор моющих средств.	1
25	Практическая работа: замачивание посуды.	1
26	Практическая работа: протираание посуды губкой.	1
27	Практическая работа: ополаскивание посуды.	1
28	Практическая работа: сушка посуды.	1
<b>Приготовление пищи</b>		<b>13</b>
29	Узнавание (различение) напитков (вода, чай, сок, какао, лимонад, компот, квас, кофе). Узнавание напитка по упаковке.	1
30	Узнавание (различение) молочных продуктов (молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое). Узнавание упаковок с молочным продуктом.	1
31	Знание (соблюдение) правил хранения молочных продуктов.	1
32	Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш).	1
33	Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов.	1
34	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
35	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
36	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1

37	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
38	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака.	1
39	Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю.	1
40	Приготовление завтрака. Практическая работа: варка яйца.	1
41	Сервировка стола к завтраку: яйца отварные с чаем.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>4</b>
42	Экскурсия на участок. Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1
43	Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки снега.	1
44	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
45	Хранение инвентаря для уборки снега.	1
<b>Уход за вещами</b>		<b>25</b>
46	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
47	Сортировка белья по цвету (белое и цветное белье).	1
48	Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шерстяная ткань).	1
49	Сортировка вещей по назначению (постельное, кухонное белье, одежда).	1
50	Сортировка по предметам одежды (майки, брюки, рубашки, носки).	1
51	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
52	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
53	Наполнение емкости водой.	1
54	Узнавание (различение) моющих средств.	1
55	Выбор моющего средства.	1
56	Отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
57	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости	1



	водой, выбор моющего средства, замачивание).	
58	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку).	1
59	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья.	1
60	Закладывание белья в машину. Вынимание белья из машины.	1
61	<i>Уход за одеждой.</i> Складывание вещей: постельного (кухонного) белья, предметов одежды.	1
62	Вывешивание одежды на «плечики».	1
63	Чистка одежды.	1
64	Складывание вещей на хранение.	1
65	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости чистки обуви.	1
66	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	1
67	Знание (различение) средств для чистки обуви.	1
68	Выбор чистящего средства.	1
69	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	1
70	Практическая работа: чистка обуви.	1
<b>Уборка помещения</b>		<b>29</b>
71	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
72	<i>Уборка мебели.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке.	1
73	Выбор одежды и инвентаря для уборки мебели.	1
74	Инвентарь, средства, знакомство с практическими действиями.	1
75	Практическая работа: вытирание поверхности мебели.	1
76	Уборка поверхностей интерьера (мебель).	1
77	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
78	Практическая работа: уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
79	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке.	
80	Одежда и инвентарь для уборки. Хранение инвентаря.	1
81	Уборка пола (выбор инвентаря). Сметание мусора на полу.	1

82	Уборка пола (выбор инвентаря). Заметание мусора на совок.	1
83	Уборка пола (выбор инвентаря). Высыпание мусора в урну.	1
84	Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (кабинет). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения.	1
85	Практическая работа: уборка крупного бытового мусора в кабинете.	1
86	Практическая работа: вынос крупного бытового мусора в специально отведённые места.	1
87	Пылесос (без мешка для пыли). Различение основных частей пылесоса.	1
88	Правила ТБ при работе с пылесосом (без мешка для пыли). Подготовка пылесоса к работе.	1
89	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
90	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (без мешка для пыли).	1
91	Чистка пылесоса (без мешка для пыли) после уборки.	1
92	Виды полов. Деревянный пол.	1
93	Соблюдение последовательности действий при мытье деревянного пола.	1
94	Правила ТБ при мытье деревянного пола. Выбор инвентаря.	1
95	Практическая работа. Мытьё пола.	1
96	<i>Уборка зеркальных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье зеркала. Выбор инвентаря и средств.	1
97	Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала.	1
98	Мытьё зеркала.	1
99	Работа технического персонала на территории Центра. Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой.	1
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>3</b>
100	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
101	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
102	Уход за уборочным инвентарем.	1

**бкласс**

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
1	Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
2	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
3	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
4	Хранение инвентаря. Основные правила хранения.	1
5	Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спецодежды, хранение инвентаря).	1
<b><i>Покупки</i></b>		<b>25</b>
6	Выбор места совершения покупок (магазин овощи-фрукты).	1
7	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
8	Нахождение нужного товара в магазине.	1
9	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
13	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
14	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
15	Экскурсия в магазин «Овощи-фрукты».	1
16	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1
17	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1

18	Выбор места совершения покупок (магазин молочных продуктов).	1
19	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
20	Нахождение нужного товара в магазине.	1
21	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
22	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
23	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
24	Складывание покупок в сумку.	1
25	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
26	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
27	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
28	Экскурсия в магазин «Молочные продукты».	1
29	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1
30	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.	1
<b>Обращение с кухонным инвентарём.</b>		<b>30</b>
31	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	1
32	Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды.	1
33	Практическая работа: мытьё посуды (чашки, тарелки).	1
34	Практическая работа: мытьё посуды (ложки, вилки, ножи).	1
35	Практическая работа: мытьё посуды (кастрюли, сковородки).	1
36	Практическая работа: мытьё посуды (овощечистка, разделочная доска).	1
37	Рациональное размещение посуды в кухонном шкафу.	1

38	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка). Практическое применение.	1
39	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (шумовка, дуршлаг, половник). Практическое применение.	1
40	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (лопаточка, пресс для чеснока). Практическое применение.	1
41	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (открывалка, скалка и др.). Практическое применение.	1
42	Различение бытовых приборов по назначению (блендер).	1
43	Знание правил техники безопасности при пользовании блендером.	1
44	Соблюдение последовательности действий при пользовании блендером.	1
45	Мытьё блендера после использования.	1
46	Хранение блендера.	1
47	Различение бытовых приборов по назначению (электрический чайник).	1
48	Знание правил техники безопасности при пользовании электрическим чайником.	1
49	Соблюдение последовательности действий при пользовании электрическим чайником.	1
50	Мытьё чайника по мере загрязнения.	1
51	Хранение электрического чайника.	1
52	Различение бытовых приборов по назначению (холодильник).	1
53	Знание правил техники безопасности при пользовании холодильником.	1
54	Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником.	1
55	Мытьё холодильника по мере загрязнения.	1
56	Уход за холодильником.	1
57	Выбор посуды и столовых приборов.	1
58	Раскладывание столовых приборов и посуды.	1
59	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
60	Соблюдение последовательности действий при сервировке	1

	стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	
<b>Приготовление пищи</b>		<b>40</b>
61	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
62	Подготовка кухни. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне.	1
63	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
64	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
65	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
66	Соблюдение правил и последовательности действий при обработке продуктов: мытье продуктов, чистка овощей, резание ножом, натирание продуктов на тёрке.	1
67	Практическая работа: мытьё продуктов.	1
68	Практическая работа: чистка овощей (картофель, морковь).	1
69	Практическая работа: чистка овощей (свёкла, кабачок).	1
70	Практическая работа: чистка овощей (лук, чеснок).	1
71	Практическая работа: резание ножом (хлеб).	1
72	Практическая работа: нарезание продуктов (овощи).	1
73	Практическая работа: натирание продуктов на тёрке (овощи).	1
74	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	1
75	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	1
76	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
77	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
78	Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака.	1
79	Соблюдение последовательности действий при приготовлении чая: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (электрический чайник, заварочный чайник, чайный сервиз).	
80	Приготовление завтрака. Практическая работа: заваривание чая.	1
81	Сервировка стола к завтраку: чайная церемония.	1
82	Соблюдение последовательности действий при	1

	приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба.	
83	Приготовление завтрака. Практическая работа: холодные бутерброды.	1
84	Сервировка стола к завтраку: холодные бутерброды.	1
85	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба.	1
86	Приготовление завтрака. Практическая работа: горячие бутерброды.	1
87	Сервировка стола к завтраку: горячие бутерброды.	1
88	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из яиц: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытьё яиц,	1
89	Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.	1
90	Сервировка стола к завтраку: яичница.	1
91	Приготовление завтрака. Практическая работа: омлет.	1
92	Сервировка стола к завтраку: омлет.	1
93	Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.	1
94	Сервировка стола к завтраку: яичница.	1
95	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей...	1
96	Приготовление завтрака. Практическая работа: салат.	1
97	Сервировка стола к завтраку: салат.	1
98	Соблюдение последовательности действий при приготовлении винегрета: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей.	1
99	Приготовление завтрака. Практическая работа: винегрет.	1
100	Сервировка стола к завтраку: винегрет.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
101	Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1

102	Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.	1
103	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
104	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
105	Хранение инвентаря для уборки снега.	1
<b>Уход за вещами</b>		<b>30</b>
106	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
107	Сортировка белья по цвету (таблица цветов).	1
108	Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шёлковая ткань).	1
109	Сортировка вещей по назначению (нижнее бельё, уличная одежда, школьная форма).	1
110	Сортировка по предметам одежды (платья, юбки, брюки, колготки).	1
111	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
112	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
113	Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки.	1
114	Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
115	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	1
116	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку).	1
117	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья.	1
118	Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.	1
119	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.	1
120	Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого	1



	количества.	
121	Закладывание белья в машину.	1
122	Стирка белых х/б вещей (кухонные полотенца, салфетки).	1
123	Вынимание белья из машины.	1
124	Вывешивание белья для просушки.	1
125	Мытье (сушка) машины.	1
126	<i>Уход за одеждой.</i> Складывание вещей с предварительной сортировкой.	1
127	Вывешивание одежды на вешалки различной конфигурации.	1
128	Сухая чистка одежды.	1
129	Складывание вещей на длительное хранение (на зиму).	1
130	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости мытья обуви.	1
131	Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	1
132	Знание (различение) средств для мытья обуви.	1
133	Выбор средства для мытья обуви.	1
134	Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	1
135	Практическая работа: мытье обуви.	1
<b><i>Уборка помещения</i></b>		<b>30</b>
136	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
137	<i>Уборка мебели.</i> Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке.	1
138	Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
139	Практическая работа: мытье поверхности мебели. Оценка результата работы.	1
140	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой по теме.	1
141	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (мытьё пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения.	1
142	Виды полов (покрытия полов). Деревянный крашенный пол.	1
143	Соблюдение последовательности действий при мытье деревянного крашеного пола.	1
144	Правила ТБ при мытье деревянного крашеного пола. Выбор инвентаря.	1
145	Практическая работа. Мытье крашеного пола.	1
146	Виды полов (покрытия полов). Пол, покрытый линолеумом.	1

147	Соблюдение последовательности действий при мытье пола, покрытого линолеумом.	1
148	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой по теме.	1
149	Правила ТБ при мытье деревянного пола, покрытого линолеумом. Выбор инвентаря.	1
150	Практическая работа. Мытьё пола, покрытого линолеумом.	1
151	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой.	1
152	Пылесос (с мешком для сбора пыли). Различение основных частей пылесоса.	1
153	Правила ТБ при работе с пылесосом (с мешком для сбора пыли). Подготовка пылесоса к работе.	1
154	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
155	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с мешком для сбора пыли).	1
156	Чистка пылесоса (с мешком для сбора пыли) после уборки.	1
157	<i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды.	1
158	Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала (повторение).	1
159	Практическая работа: мытьё зеркала (повторение).	1
160	Соблюдение последовательности действий при мытье окна.	1
161	Практическая работа: мытьё стекла.	1
162	Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой о помощи.	1
163	<i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.	1
164	Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.	1
165	Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
166	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
167	Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории.	1
168	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1

169	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
170	Уход за уборочным инвентарем.	1

### 7 класс

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
1	Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
2	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
3	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
4	Хранение инвентаря. Основные правила хранения.	1
5	Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спецодежды, хранение инвентаря).	1
<b><i>Покупки</i></b>		<b>25</b>
6	Выбор места совершения покупок (магазин «Бакалея»).	1
7	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалета и др.	1
8	Нахождение нужного товара в магазине.	1
9	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
13	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
14	Раскладывание продуктов в места хранения.	1

15	Экскурсия бакалейный магазин.	1
16	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
17	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
18	Выбор места совершения покупок (Булочная-кондитерская).	1
19	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
20	Нахождение нужного товара в магазине.	1
21	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
22	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
23	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
24	Складывание покупок в сумку.	1
25	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
26	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
27	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
28	Экскурсия в булочную-кондитерскую.	1
29	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
30	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
<b><i>Обращение с кухонным инвентарём.</i></b>		<b>30</b>
31	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	1
32	Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды.	1
33	Практическая работа: мытьё посуды (чашки, бокалы, стаканы).	1
34	Практическая работа: мытьё посуды (блюда, тарелки,	1

	салатники).	
35	Практическая работа: мытьё посуды (терка, венчик, овощечистка).	1
36	Практическая работа: мытьё посуды (шумовка, дуршлаг, половник).	1
37	Практическая работа: мытьё посуды (лопаточка, пресс для чеснока).	1
38	Практическая работа: мытьё посуды (разделочная доска, скалка и др.).	1
39	Практическая работа: мытьё посуды (кастрюли, сковородки).	1
40	Практическая работа: мытьё посуды (посуда для запекания).	1
41	Рациональное размещение посуды в кухонном шкафу.	1
42	Различение бытовых приборов по назначению (миксер).	1
43	Знание правил техники безопасности при пользовании миксером.	1
44	Соблюдение последовательности действий при пользовании миксером.	1
45	Мытьё миксера после использования.	1
46	Хранение миксера.	1
47	Различение бытовых приборов по назначению (тостер).	1
48	Знание правил техники безопасности при пользовании тостером.	1
49	Соблюдение последовательности действий при пользовании тостером.	1
50	Чистка тостера по мере загрязнения.	1
51	Хранение тостера.	1
52	Различение бытовых приборов по назначению (СВЧ).	1
53	Знание правил техники безопасности при пользовании СВЧ.	1
54	Соблюдение последовательности действий при пользовании СВЧ.	1
55	Мытьё СВЧ по мере загрязнения.	1
56	Уход за СВЧ.	1
57	Выбор посуды и столовых приборов.	1
58	Раскладывание столовых приборов и посуды.	1
59	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание	1

	салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	
60	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
<b>Приготовление пищи</b>		<b>40</b>
61	Подготовка кухни. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне.	1
62	Узнавание (различение) круп, готовых к употреблению (кукуруза).	1
63	Узнавание (различение) бобовых, готовых к употреблению (горошек).	1
64	Узнавание (различение) бобовых, готовых к употреблению (консервированная фасоль).	1
65	Узнавание (различение) круп и бобовых, готовых к употреблению (свежий горох).	1
66	Узнавание (различение) круп, требующих обработки (приготовления) (греча).	1
67	Узнавание (различение) круп, требующих обработки (приготовления) (рис).	1
68	Узнавание (различение) круп, требующих обработки (приготовления) (пшено).	1
69	Узнавание (различение) бобовых, требующих обработки (приготовления) (бобовые – фасоль, бобы).	1
70	Узнавание (различение) круп и бобовых, требующих обработки (приготовления) (бобовые).	1
71	Узнавание (различение) мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны)).	1
72	Узнавание (различение) мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (вермишель)).	1
73	Узнавание (различение) мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (рожки)).	1
74	Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых.	1
75	Знание (соблюдение) правил хранения круп и бобовых.	1

76	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении ужина. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
77	Соблюдение последовательности действий при приготовлении компота: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
78	Приготовление ужина. Практическая работа: компот.	1
79	Сервировка стола к ужину: компот.	1
80	Соблюдение последовательности действий при приготовлении киселя: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
81	Приготовление ужина. Практическая работа: кисель.	1
82	Сервировка стола к ужину: кисель.	1
83	Соблюдение последовательности действий при приготовлении отварных макарон: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
84	Приготовление ужина. Практическая работа: отварные макароны.	1
85	Сервировка стола к ужину: отварные макароны.	1
86	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из картофеля: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (кастрюля, дуршлаг, тарелка), мытьё картофеля.	1
87	Приготовление ужина. Практическая работа: отварной картофель.	1
88	Сервировка стола к ужину: отварной картофель.	1
89	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из круп на воде: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
90	Приготовление ужина. Практическая работа: каша на воде.	1
91	Сервировка стола к ужину: каша.	1
92	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюд из круп на молоке: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
93	Приготовление ужина. Практическая работа: каша на молоке.	1
94	Сервировка стола к ужину: каша.	1

95	Соблюдение последовательности действий при приготовлении картофельного пюре: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
96	Приготовление ужина. Практическая работа: картофельное пюре.	1
97	Сервировка стола к ужину: картофельное пюре.	1
98	Соблюдение последовательности действий при приготовлении запеканки из круп: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
99	Приготовление ужина. Практическая работа: запеканка.	1
100	Сервировка стола к ужину: запеканка.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
101	Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1
102	Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.	1
103	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
104	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
105	Хранение инвентаря для уборки снега.	1
<b>Уход за вещами</b>		<b>30</b>
106	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
107	Сортировка белья по цвету (чёрное-белое).	1
108	Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная ткань и трикотаж).	1
109	Сортировка вещей по назначению (повседневная и праздничная одежда).	1
110	Сортировка по предметам одежды (платья, юбки, брюки, костюмы).	1
111	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
112	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
113	Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Термометр.	1
114	Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего	1



	средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	
115	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	1
116	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку). Детские вещи.	1
117	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья.	1
118	Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.	1
119	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.	1
120	Установка программы (температурного режима).	1
121	Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества.	1
122	Закладывание белья в машину.	1
123	Стирка цветных х/б вещей (детские вещи).	1
124	Вынимание белья из машины.	1
125	Вывешивание белья для просушки.	1
126	Мытье (сушка) машины.	1
127	<i>Глажение утюгом.</i> Узнавание (различение) составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	1
128	Соблюдение последовательности действий при глажении белья.	1
129	<i>Уход за одеждой.</i> Складывание вещей на длительное хранение (на лето).	1
130	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости чистки обуви (замша и нубук).	1
131	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	1
132	Знание (различение) средств для чистки обуви.	1
133	Выбор спец. средства для чистки обуви.	1
134	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви спец. средствами.	1
135	Практическая работа: чистка обуви спец. средствами.	1
<b><i>Уборка помещения</i></b>		<b>30</b>

136	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
137	<i>Уборка мебели.</i> Виды мягкой мебели, требующие сухой чистки поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке.	1
138	Выбор одежды, инвентаря, средств для сухой чистки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
139	Практическая работа: сухая чистка поверхности мебели. Оценка результата работы.	1
140	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (уборка пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения.	1
141	Виды полов (покрытия полов). Ламинат.	1
142	Соблюдение последовательности действий при подметании и мытье ламината.	1
143	Правила ТБ при подметании и мытье ламината. Выбор инвентаря.	1
144	Практическая работа. Подметание и мытьё ламината.	1
145	Виды полов (покрытия полов). Паркетная доска.	1
146	Соблюдение последовательности действий при уборке пола, покрытого паркетной доской.	1
147	Правила ТБ при подметании и мытье пола, покрытого паркетной доской. Выбор инвентаря.	1
148	Практическая работа. Уборка пола, покрытого паркетной доской.	1
149	Пылесос (с Аква фильтром). Различение основных частей пылесоса.	1
150	Правила ТБ при работе с пылесосом (с Аква фильтром). Подготовка пылесоса к работе.	1
151	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
152	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с Аква фильтром).	1
153	Чистка пылесоса (с Аква фильтром) после уборки.	1
154	Пылесос (с турбо щёткой). Различение основных частей пылесоса.	1
155	Правила ТБ при работе с пылесосом (с турбо щёткой). Подготовка пылесоса к работе.	1

156	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
157	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с турбо щёткой).	1
158	Чистка пылесоса (с турбо щёткой) после уборки.	1
159	<i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды.	1
160	Соблюдение последовательности действий при мытье мелких стеклянных вещей.	1
161	Практическая работа: мытьё стеклянных вещей.	1
	<i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.	
162	Выполнение ремонтных работ. Пришивание вешалки.	1
163	Выполнение ремонтных работ. Пришивание вешалки.	1
164	Выполнение ремонтных работ. Зашивание распоротого шва.	1
165	Выполнение ремонтных работ. Зашивание распоротого шва.	1
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
166	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
167	Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории.	1
168	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
169	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
170	Уход за уборочным инвентарем.	1

## 8 класс

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
1	Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
2	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
3	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
4	Хранение инвентаря. Основные правила хранения.	1

5	Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спецодежды, хранение инвентаря).	1
<b>Покупки</b>		<b>25</b>
6	Выбор места совершения покупок (мясной магазин).	1
7	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
8	Нахождение нужного товара в магазине.	1
9	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
13	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
14	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
15	Экскурсия в мясной магазин.	1
16	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
17	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
18	Выбор места совершения покупок (рыбный магазин).	1
19	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
20	Нахождение нужного товара в магазине.	1
21	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
22	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
23	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1

24	Складывание покупок в сумку.	1
25	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
26	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
27	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
28	Экскурсия в рыбный магазин.	1
29	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
30	Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт.	1
<b><i>Обращение с кухонным инвентарём.</i></b>		<b>25</b>
31	Различение бытовых приборов по назначению (мясорубка).	1
32	Знание правил техники безопасности при пользовании мясорубкой.	1
33	Соблюдение последовательности действий при пользовании мясорубкой.	1
34	Мытьё мясорубки после использования.	1
35	Хранение мясорубки.	1
36	Различение бытовых приборов по назначению (кухонный комбайн).	1
37	Знание правил техники безопасности при пользовании кухонным комбайном.	1
38	Соблюдение последовательности действий при пользовании кухонным комбайном.	1
39	Мытьё кухонного комбайна после использования.	1
40	Хранение кухонного комбайна.	1
41	Различение бытовых приборов по назначению (мультиварка).	1
42	Знание правил техники безопасности при пользовании мультиваркой.	1
43	Соблюдение последовательности действий при пользовании мультиваркой.	1
44	Мытьё мультиварки после использования.	1
45	Хранение мультиварки.	1
46	Различение бытовых приборов по назначению (кофеварка).	1

47	Знание правил техники безопасности при пользовании кофеваркой.	1
48	Соблюдение последовательности действий при пользовании кофеваркой.	1
49	Мытьё кофеварки после использования.	1
50	Хранение кофеварки.	1
51	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.	1
52	Рациональное размещение приборов в кухонном шкафу и на открытых поверхностях.	1
53	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
54	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
55	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
<b>Приготовление пищи</b>		<b>45</b>
56	Подготовка кухни. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне.	1
57	Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов.	1
58	Узнавание (различение) мясных продуктов, требующих обработки (приготовления) мясо (свинина, говядина). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов.	1
59	Узнавание (различение) мясных продуктов, требующих обработки (приготовления) мясо (баранина, птица). Знание	1

	(соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов.	
60	Узнавание (различение) мясных продуктов, требующих обработки (приготовления) мясо (фарш). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов.	1
61	Узнавание (различение) мясных продуктов, требующих обработки (приготовления) (сосиска, сарделька). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов.	1
62	Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы). Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов.	1
63	Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (рыба копченая, соленая, вяленая). Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов.	1
64	Узнавание (различение) рыбных продуктов, требующих обработки (приготовления) (филе рыбы, краб, креветка). Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов.	1
65	Узнавание (различение) рыбных продуктов, требующих обработки (приготовления) рыбная котлета, рыбный фарш. Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов.	1
66	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.	1

67	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание.	1
68	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении обеда. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
69	Соблюдение последовательности действий при приготовлении весеннего салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
70	Приготовление обеда. Практическая работа: весенний салат.	1
71	Сервировка стола к обеду: весенний салат.	1
72	Соблюдение последовательности действий при приготовлении крабового салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
73	Приготовление обеда. Практическая работа: крабовый салат.	1
74	Сервировка стола к обеду: крабовый салат.	1
75	Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата «Оливье»: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
76	Приготовление обеда. Практическая работа: салат «Оливье».	1
	Сервировка стола к обеду: салат «Оливье».	
77	Соблюдение последовательности действий при приготовлении ухи: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
78	Приготовление обеда. Практическая работа: уха.	1
79	Сервировка стола к обеду: уха.	1
80	Соблюдение последовательности действий при приготовлении картофельного супа: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
81	Приготовление обеда. Практическая работа: картофельный суп.	1
82	Сервировка стола к обеду: картофельный суп.	1
83	Соблюдение последовательности действий при приготовлении гречневой каши с отварной грудкой: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1



84	Приготовление обеда. Практическая работа: гречневая каша с отварной грудкой.	1
85	Сервировка стола к обеду: гречневая каша с отварной грудкой.	1
86	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюда из вермишели и сосиской: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (кастрюля, дуршлаг, тарелка).	1
87	Приготовление обеда. Практическая работа: отварная вермишель с отварной сосиской.	1
88	Сервировка стола к обеду: отварная вермишель с отварной сосиской.	1
89	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет с отварными макаронами: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
90	Приготовление обеда. Практическая работа: котлеты с отварными макаронами.	1
91	Сервировка стола к обеду: котлеты с отварными макаронами.	1
92	Соблюдение последовательности действий при приготовлении блюда из сардельки с отварными рожками.: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
93	Приготовление обеда. Практическая работа: отварная сарделька с отварными рожками.	1
94	Сервировка стола к обеду: отварная сарделька с отварными рожками.	1
95	Соблюдение последовательности действий при приготовлении рыбных котлет с пюре: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
96	Приготовление обеда. Практическая работа: рыбные котлеты с пюре.	1
97	Сервировка стола к обеду: рыбные котлеты с пюре.	1
98	Соблюдение последовательности действий при приготовлении жареной рыбы с отварным картофелем: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
99	Приготовление обеда. Практическая работа: жареная рыба с отварным картофелем.	1
100	Сервировка стола к обеду: жареная рыба с отварным	1

	картофелем.	
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
101	Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1
102	Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.	1
103	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
104	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
105	Хранение инвентаря для уборки снега.	1
<b>Уход за вещами</b>		<b>30</b>
106	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
107	Сортировка белья по цвету (чёрное-белое).	1
108	Сортировка белья по составу ткани (шерстяные и искусственные ткани).	1
109	Сортировка вещей по назначению (уличная, домашняя одежда).	1
110	Сортировка по предметам одежды (куртки, брюки, носки, колготы, пижамы и пр.).	1
111	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
112	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
113	Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Локоть, пальцы.	1
114	Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
115	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	1
116	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку). Куртки и брюки из болоньи.	1
117	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья.	1
118	Узнавание (различение) составных частей стиральной	1

	машины.	
119	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.	1
120	Установка программы (температурного режима).	1
121	Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества.	1
122	Закладывание белья в машину.	1
123	Стирка цветных вещей из болоньи (куртки, брюки).	1
124	Вынимание белья из машины.	1
125	Вывешивание белья для просушки.	1
126	Мытье (сушка) машины.	1
127	<i>Глажение утюгом.</i> Узнавание (различение) составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	1
128	Соблюдение последовательности действий при глажении белья.	1
129	Глажка х/б белья.	1
130	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости чистки обуви (лаковая обувь).	1
131	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви.	1
132	Знание (различение) средств для чистки обуви.	1
133	Выбор спец. средства для чистки обуви.	1
134	Соблюдение последовательности действий при чистке обуви спец. средствами.	1
135	Практическая работа: чистка обуви спец. средствами.	1
<b>Уборка помещения</b>		<b>30</b>
136	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
137	<i>Уборка мебели.</i> Виды кожаной мебели, требующие чистку поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке.	1
138	Выбор одежды, инвентаря, средств для чистки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
139	Практическая работа: чистка поверхности кожаной мебели. Оценка результата работы.	1
140	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (уборка пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения.	1

141	Виды полов (покрытия полов). Паркет.	1
142	Соблюдение последовательности действий при уборке паркета.	1
143	Правила ТБ при уборке паркета. Выбор инвентаря.	1
144	Практическая работа. Уборка паркета.	1
145	Виды полов (покрытия полов). ПВХ-плитка.	1
146	Соблюдение последовательности действий при уборке пола, покрытого ПВХ-плиткой.	1
147	Правила ТБ при подметании и мытье пола, покрытого ПВХ-плиткой. Выбор инвентаря.	1
148	Практическая работа. Уборка пола, покрытого ПВХ-плиткой.	1
149	Пылесос (с комбинированной системой фильтрации) (КСФ). Различение основных частей пылесоса.	1
150	Правила ТБ при работе с пылесосом (с КСФ). Подготовка пылесоса к работе.	1
151	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
152	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с КСФ).	1
153	Чистка пылесоса (с КСФ) после уборки.	1
154	Пылесос (с циклонным фильтром). Различение основных частей пылесоса.	1
155	Правила ТБ при работе с пылесосом (с циклонным фильтром). Подготовка пылесоса к работе.	1
156	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
157	Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с циклонным фильтром).	1
158	Чистка пылесоса (с циклонным фильтром) после уборки.	1
159	<i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды.	1
160	Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных частей мебели.	1
161	Практическая работа: мытье стеклянных частей мебели.	1
	<i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.	

162	Выполнение ремонтных работ. Пришивание петель.	1
163	Выполнение ремонтных работ. Пришивание крючков.	1
164	Выполнение ремонтных работ. Подшивание брюк (платья).	1
165	Выполнение ремонтных работ. Подшивание брюк (платья).	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
166	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
167	Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории.	1
168	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
169	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
170	Уход за уборочным инвентарем.	1

### 9 класс

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
1	Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке.	1
2	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
3	Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы».	1
4	Хранение инвентаря. Основные правила хранения.	1
5	Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спец. одежды, хранение инвентаря).	1
<b>Покупки</b>		<b>25</b>
6	Выбор места совершения покупок (универмаг).	1
7	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
8	Нахождение нужного товара в магазине.	1
9	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на	1

	весы, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
13	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
14	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
15	Экскурсия в универмаг.	1
16	Расчётные операции в магазине. Использование денег и банковских карт.	1
17	Расчётные операции в магазине. Использование денег и банковских карт.	1
18	Выбор места совершения покупок (гипермаркет).	1
19	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
20	Нахождение нужного товара в магазине.	1
21	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
22	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
23	Соблюдение последовательности действий при выборе товара.	1
24	Складывание покупок в сумку.	1
25	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.	1
26	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.	1
27	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
28	Экскурсия в гипермаркет.	1
29	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег и банковских карт.	1
30	Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег и банковских карт.	1

<b>Обращение с кухонным инвентарём.</b>		<b>25</b>
31	Различение бытовых приборов по назначению (соковыжималка).	1
32	Знание правил техники безопасности при пользовании соковыжималкой.	1
33	Соблюдение последовательности действий при пользовании соковыжималкой.	1
34	Мытьё соковыжималки после использования.	1
35	Хранение соковыжималки.	1
36	Различение бытовых приборов по назначению (хлебопечка).	1
37	Знание правил техники безопасности при пользовании хлебопечкой.	1
38	Соблюдение последовательности действий при пользовании хлебопечкой.	1
39	Мытьё хлебопечки после использования.	1
40	Хранение хлебопечки.	1
41	Различение бытовых приборов по назначению (электроблинница).	1
42	Знание правил техники безопасности при пользовании электроблинницей.	1
43	Соблюдение последовательности действий при пользовании электроблинницей.	1
44	Мытьё электроблинницы после использования.	1
45	Хранение электроблинницы.	1
46	Различение бытовых приборов по назначению (посудомоечная машина).	1
47	Знание правил техники безопасности при пользовании посудомоечной машины.	1
48	Соблюдение последовательности действий при пользовании посудомоечной машины.	1
49	Мытьё посудомоечной машины после использования.	1
50	Расположение посудомоечной машины на кухне.	1
51	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Тест.	1
52	Рациональное размещение приборов в кухонном шкафу и на открытых поверхностях.	1

53	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
54	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
55	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.	1
<b>Приготовление пищи</b>		<b>45</b>
56	Подготовка кухни. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор спец. инвентаря для работы на кухне.	1
57	Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад).	1
58	Знание (соблюдение) правил хранения кондитерских изделий.	1
59	Различение растений огорода (овощи).	1
60	Знание (соблюдение) правил хранения овощей.	1
61	Различение растений огорода (пряная зелень).	1
62	Знание (соблюдение) правил хранения	1
63	Различение растений огорода сада (фрукты).	1
64	Знание (соблюдение) правил хранения фруктов.	1
65	Различение растений огорода сада (ягоды).	1
66	Знание (соблюдение) правил хранения ягод.	1
67	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	1
68	Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (сушка): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
69	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: сушка овощей, фруктов, ягод, зелени.	1
70	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: сушка	1



	овощей, фруктов, ягод, зелени.	
71	Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (замораживание): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
72	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: замораживание овощей, фруктов, ягод, зелени.	1
73	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: замораживание овощей, фруктов, ягод, зелени.	1
74	Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (консервирование): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	1
75	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (салат из овощей).	1
76	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (икра из овощей).	1
77	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (маринованные огурцы).	1
78	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (маринованные томаты).	1
79	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (томатный сок).	1
80	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (квашеная капуста).	1
81	Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, постановка кастрюли (таза для варенья) на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты.	1
82	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (варенье из яблок).	1
83	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (джем из груш).	1
84	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (сок из яблок).	1
85	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (компот из яблок).	1
86	Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (варенье из яблок).	1
87	Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении	1

	пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении обеда. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	
88	Узнавание (различение) мучных изделий, готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари).	1
89	Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий.	1
90	Узнавание (различение) муки разных сортов.	1
91	Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий.	1
92	Практическая работа: просеивание муки.	1
93	Перемешивание продуктов (муки) ложкой (венчиком, миксером/блендером).	1
94	Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, переворачивание продукта.	1
95	Практическая работа: выпечка блинов (сковорода).	1
96	Практическая работа: выпечка блинов (электроблинница).	1
97	Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической духовки, подготовка теста, вырезание продукта формочкой, раскладывание на жарочном листе, предварительно подготовленном к выпечке, установка таймера на определённое время, установка листа в духовку, выпекание продукта).	1
98	Песочное тесто. Раскатывание теста скалкой.	1
99	Практическая работа: выпечка песочного печенья.	1
100	Праздничная сервировка стола.	1
<b>Уборка территории</b>		<b>5</b>
101	Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице.	1
102	Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.	1
103	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
104	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега.	1
105	Хранение инвентаря для уборки снега.	1

<b>Уход за вещами</b>		<b>30</b>
106	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
107	Сортировка белья по цвету (разноцветное, однотонное).	1
108	Сортировка белья по составу ткани (х/б, шерсть, шёлк, искусственная ткань).	1
109	Сортировка вещей по назначению (взрослая, детская).	1
110	Сортировка по предметам одежды (платья, кофты, брюки, гольфы, носки, колготы, куртки, шапки и пр.)	1
111	<i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия.	1
112	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
113	Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки.	1
114	Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
115	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	1
116	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку) любого предложенного белья.	1
117	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья.	1
118	Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.	1
119	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке.	1
120	Установка программы (температурного режима).	1
121	Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества.	1
122	Закладывание белья в машину.	1
123	Стирка цветных вещей по выбору.	1
124	Вынимание белья из машины.	1
125	Вывешивание белья для просушки.	1
126	Мытье (сушка) машины.	1
127	Соблюдение последовательности действий при машинной	1

	стирке.	
128	<i>Глажение утюгом.</i> Соблюдение последовательности действий при глажении белья.	1
129	Глажка брюк, спортивной одежды, платьев.	1
130	<i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости мытья обуви (резиновая обувь).	1
131	Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	1
132	Знание (различение) средств для мытья обуви.	1
133	Выбор спец. средства для мытья обуви.	1
134	Соблюдение последовательности действий при мытье резиновой обуви.	1
135	Практическая работа: мытье резиновой обуви.	1
<b>Уборка помещения</b>		<b>30</b>
136	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
137	<i>Уборка мебели.</i> Виды мебели, покрытой текстилем (велюр, замша, микрофибра и пр.) требующие чистку поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке.	1
138	Выбор одежды, инвентаря, средств для чистки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
139	Практическая работа: чистка поверхности мебели, покрытой текстилем. Оценка результата работы.	1
140	<i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (уборка пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения.	1
141	Виды полов (покрытия полов). Керамическая плитка (керамогранит).	1
142	Соблюдение последовательности действий при уборке керамической плитки.	1
143	Правила ТБ при уборке керамической плитки. Выбор инвентаря.	1
144	Практическая работа. Уборка керамической плитки.	1
145	Виды полов (покрытия полов). Пробковый пол.	1
146	Соблюдение последовательности действий при уборке пробкового пола.	1
147	Правила ТБ при уборке пробкового пола. Выбор инвентаря.	1
148	Практическая работа. Уборка пробкового пола.	1
149	Пылесос беспроводной. Различение основных частей пылесоса.	1

150	Правила ТБ при работе с беспроводным пылесосом. Подготовка пылесоса к работе.	1
151	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	1
152	Практическая работа. Чистка поверхности беспроводным пылесосом.	1
153	Чистка беспроводного пылесоса после уборки.	1
154	Робот-пылесос. Различение основных частей пылесоса.	1
155	Правила ТБ при работе с роботом-пылесосом. Подготовка пылесоса к работе.	1
156	Соблюдение последовательности действий при уборке роботом-пылесосом.	1
157	Практическая работа. Чистка поверхности роботом-пылесосом.	1
158	Чистка робота-пылесоса после уборки.	1
159	<i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей (обобщение всех тем). Выбор инвентаря, средств, спецодежды.	1
160	Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных и зеркальных поверхностей в доме.	1
161	Практическая работа: мытье стеклянных и зеркальных поверхностей в доме.	1
162	<i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ. Выполнение ремонтных работ. Ремонт разорванных мест одежды.	1
163	Выполнение ремонтных работ. Ремонт разорванных мест одежды.	1
164	Выполнение ремонтных работ. Штопка вещей.	1
165	Выполнение ремонтных работ. Штопка вещей.	1
<b><i>Уборка территории</i></b>		<b>5</b>
166	Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой.	1
167	Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории.	1
168	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
169	Уборка территории: сгребание травы и листьев.	1
170	Уход за уборочным инвентарем.	1

## **Материально-техническое обеспечение**

1. Кухня с необходимым оборудованием и посудой
2. Уборочный инвентарь
3. Презентации
4. Обучающие картинки
5. Набор «Магазин»
6. Утюг и гладильная доска
7. Демонстрационные материалы
8. Набор «Мелкий ремонт одежды»

### **Литература:**

1. Галле А. Г., Головинская Е. Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала 5 класс –Изд. Современные образовательные технологии, Самара 2020.
2. Примерная адаптированная общеобразовательная программа образования учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки Рос. Федерации. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2018.
3. Воронкова В.В. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) школе VIII вида: пособие для учителя / В. В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманитарный центр ВЛАДОС, 2012.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

На изучение предмета «Домоводство» в 10 классе отводится 5 часов в неделю, курс рассчитан на 170 часов (34 учебные недели).

В 11 классе отводится 5 часов в неделю, курс рассчитан на 170 часов (34 учебные недели).

В 12 классе отводится 6 часов в неделю, курс рассчитан на 204 часа (34 учебные недели).

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся Программы по 2-му варианту является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач,

включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов.

В соответствии с требованиями Стандарта к результатам освоения АООП, Программа направлена на формирование 2-х групп результатов:

- личностных, включающих сформированность мотивации к обучению и познанию, социальные компетенции, личностные качества;
- предметных, включающих освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания и его применению.

Результаты освоения программы рассматриваются как возможные (примерные) и соразмерные с индивидуальными возможностями и специфическими образовательными потребностями обучающихся.

#### **Личностные результаты обучения домоводству:**

- основы персональной идентичности, осознание себя как «Я»;
- работа в коллективе (ученик – ученик);
- слушание и понимание инструкции педагога;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- обращение за помощью и принятие помощи педагога;
- социально-эмоциональное участие доступным способом в процессе общения и совместной деятельности;
- владение правилами поведения в учебной ситуации;
- уважительное отношение к окружающим: взрослым, детям.

#### **Возможные предметные результаты**

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения

образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

- Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома.

- Умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.

- Умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.

- Умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения.

- Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

### **Содержание учебного предмета**

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. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель обучения – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности. Основные задачи: формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами. Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для



формирования бытовой деятельности детей и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

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

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Домоводство» предусматривает: дидактический материал (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

Примерное содержание предмета: Покупки, обращение с кухонным инвентарем. Приготовление пищи. Уход за вещами. Уборка помещения. Уборка территории.

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. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель обучения – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи:

- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности детей и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

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

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Домоводство» предусматривает: дидактический материал (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

## 10 класс

(5 часов в неделю)

**Покупки.** Деньги - необходимый атрибут процесса покупки того или иного предмета (продукта питания, одежды, инструмента). Планирование покупок. Выбор места совершения покупок (продовольственные и промтоварные магазины). Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.

### **Обращение с кухонным инвентарем.**

*Обращение с посудой.* Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, нож). Узнавание кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.).

*Обращение с бытовыми приборами.* Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Различение овощей и фруктов.

Различение напитков (вода, чай, сок, какао, кофе) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком.

Различение молочных продуктов (молоко, йогурт, сметана, кефир) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с молочным продуктом.

Различение муки и мучных изделий: готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари).

Различение кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад).

*Приготовление блюда.*

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов.

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 последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта.

Соблюдение последовательности действий при варке/жарке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка),

мытьё яиц, закладывание яиц в кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц.

### **Уход за вещами.**

#### **1. Уход за обувью.**

Различение уличной и домашней обуви.

#### **2. Уход за одеждой.**

Различение одежды для помещения и верхней одежды для улицы.

*Ручная стирка.* Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья. Полоскание белья. Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

*Глажение утюгом.* Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья.

### **Уборка помещения.**

*Уборка мебели.* Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок.

*Уборка территории.* Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем, правила его хранения.

## **11 класс**

(5 часов в неделю)

**Покупки.** Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.

### **Обращение с кухонным инвентарем.**

*Обращение с посудой.* Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, нож). Различение кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.). Различение чистой и грязной посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.

*Обращение с бытовыми приборами.* Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье бытовых приборов. *Сервировка стола.* Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Различение напитков (лимонад, компот, квас, кисель и пр.) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком.

Различение молочных продуктов (творог, творожная масса, масло, сыр, мороженное) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с молочным продуктом. Знание правил хранения молочных продуктов.

Различение муки и мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки). Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий, алгоритм приготовления (варки) макарон.

Различение круп и бобовых, требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание правил хранения круп и бобовых.

#### *Приготовление блюда.*

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кольцами, полукольцами. Натирание продуктов на тёрке.

Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером).

Соблюдение последовательности 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. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.

Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда: выбор продуктов (хлеб, колбаса, помидор, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание помидора, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор).

#### **Уход за вещами.**

## 1. Уход за обувью.

Различение уличной и домашней обуви. Уход за уличной обувью: мытье грязной обуви, вытирание ее тряпкой; сушка обуви; различение щетки для обуви, крема для обуви; выполнение действий по чистке обуви.

## 2. Уход за одеждой.

Чистка верхней одежды при помощи щетки. Различение одежды для помещения и верхней одежды для улицы. Применение щетки для чистки верхней одежды от грязи и пыли.

*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 (например): 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. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.

*Глажение утюгом.* Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики».

## **Уборка помещения.**

*Уборка мебели.* Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей 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. Соблюдение последовательности действий при мытье пола: наполнение емкости для мытья пола водой, добавление моющего средства в воду, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.

*Мытье стекла (зеркала).* Соблюдение последовательности действий при мытье окна: наполнение емкости для мытья водой, добавление моющего средства в воду, мытье рамы, вытирание рамы, мытье стекла, вытирание стекла, выливание использованной воды.

*Уборка территории.* Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем, правила его хранения.

## **12 класс**

(6 часов в неделю)

**Покупки.** Продовольственные и промтоварные магазины. Сюжетно-ролевая игра «Покупки в магазине»

Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара и расчёте на кассе. Складывание продуктов в сумку. Раскладывание продуктов в места хранения.

### **Обращение с кухонным инвентарем.**

*Обращение с посудой.* Закрепление умений различать предметы посуды для сервировки стола, для приготовления пищи, кухонных принадлежностей. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.



*Обращение с бытовыми приборами.* Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.

*Сервировка стола.* Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расстановка посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расстановка солоннок и ваз, подача блюд.

**Приготовление пищи.** Продукты питания. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба (копченая, соленая, вяленая) и требующих обработки (приготовления) (мясо (филе рыбы, краб, креветка), рыбная котлета, рыбный фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов. Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов.

*Приготовление блюда.*

Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке.

Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание/переворачивание продукта, выключение

электрической плиты, снятие продукта. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.

Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов (полуфабрикат, масло растительное), выбор кухонного инвентаря (сковорода, лопатка, тарелки), наливание масла в сковороду, выкладывание котлет на сковороду, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снятие котлет.

Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (вареный картофель, морковь, кукуруза, соленый огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка вареных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов. **Уход за вещами.**

#### 1. Уход за обувью.

Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви: открывание тюбика с кремом, нанесение крема на ботинок, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.

#### 2. Уход за одеждой.

Чистка верхней одежды при помощи щетки.

*Ручная стирка.* Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.

*Машинная стирка.* Соблюдение последовательности действий при машинной стирке

*Глажение утюгом.* Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды.

**Уборка помещения.**

*Уборка мебели.* Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели.

*Уборка пола.* Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании, мытье пола. Уборка с помощью пылесоса. Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, установка регулятора мощности, включение (вставление вилки в розетку; нажатие кнопки), чистка поверхности, выключение (поворот рычага; нажатие кнопки; вынимание вилки из розетки), отсоединение съемных деталей пылесоса.

*Мытье стекла (зеркала).* Соблюдение последовательности действий при мытье окна. Правила безопасного использования специальных средств, спреев, для мытья окон и зеркал.

**Уборка территории.** Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем, правила его хранения.

**Тематическое планирование**

**10 класс**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой.	2
2	Накрывание на стол.	3
3	Выбор посуды и столовых приборов.	4
4	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	4
5	Соблюдение последовательности действий при	1

	сервировке стола.	
6	Различение чистой и грязной посуды. Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
7	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.	4
8	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	2
9	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	4
10	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	4
11	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Обращение с бытовыми приборами.	5
12	Мытье бытовых приборов.	2
13	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых приборов.	2
14	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	5
15	Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья.	5
16	Складывание белья и одежды.	2
17	Вывешивание одежды на плечики.	1
18	Чистка одежды	1
19	Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви: открывание тюбика с кремом, нанесение крема на ботинок,	4

	распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом. Просушивание обуви.	
20	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	4
21	Замачивание белья. Застирывание белья.	1
22	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	1
23	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	2
24	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	2
24	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.	2
26	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	5
27	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	5
28	Обработка продуктов. Мытье продуктов.	3
29	Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	4
	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	
30	Натирание продуктов на терке.	2
31	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
32	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов, выбор	4

	кухонного инвентаря.	
33	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	3
34	Меню в разное время года.	4
35	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	5
36	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды. Мытье столовой посуды в горячей воде, споласкивание. Сушка посуды.	3
37	Покупки. Планирование покупок.	4
	Виды магазинов.Выбор места совершения покупок.	4
38	Ориентация в расположении отделов магазина. Нахождение нужного товара в магазине. Игра.Складывание покупок в сумку.	6
39	Уборка помещения. Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов по местам, выливание воды.	5
40	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.Заметание мусора на совок.Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	5
41	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.Проветривание помещения. Порядок и уют в доме.	4
42	Уборка класса. Практическая работа.	2
43	Различение основных частей пылесоса.	2
44	Подготовка пылесоса к работе.	2
45	Чистка поверхности ковра пылесосом.Соблюдение последовательности	4

	действий при уборке пылесосом.	
46	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	2
47	Мытье стекла (зеркала). Соблюдение последовательности действий при мытье зеркал.	3
48	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	5
	<b>Итого</b>	<b>170</b>

### 11 класс

№	Тема	Количество часов
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	4
2	Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	4
3	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	2
4	Различение чистой и грязной посуды. Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
5	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	2
6	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	5
7	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	2
8	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.	4

	Обращение с бытовыми приборами. Мытье бытовых приборов.	
9	Знание правил техники безопасности при использовании электробытового прибора. Хранение посуды и бытовых приборов.	2
10	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	7
11	Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья.	6
12	Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на плечики.	4
13	Чистка одежды.	4
14	Уход за обувью. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при просушивании обуви.	6
15	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	8
16	Замачивание белья. Застирывание белья.	4
17	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	4
18	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	4
19	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	2
20	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.	4



21	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	10
22	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	3
23	Обработка продуктов. Мытье продуктов. Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	3
24	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	4
24	Натираание продуктов на терке.	2
26	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
27	Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката.	2
28	Соблюдение последовательности действий при жарке продукта.	2
29	Меню в разное время года.	4
30	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	5
31	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды	2
32	Планирование покупок. Виды магазинов.	4
33	Выбор места совершения покупок	2
34	Ориентация в расположении отделов магазина.	2
35	Нахождение нужного товара в магазине. Игра.	2
36	Складывание покупок в сумку. Практическая работа.	1
37	Выкладывание продуктов из пакета. Практическая работа.	1
38	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.	5
39	Уборка помещения. Уборка мебели. Уборка с	4

	поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.	
40	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов по местам, выливание воды.	4
41	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.Заметание мусора на совок.	2
42	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	2
43	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	2
44	Проветривание помещения. Порядок и уют в доме	2
45	Уборка класса. Практическая работа.	1
46	Различение основных частей пылесоса.Подготовка пылесоса к работе.	1
47	Чистка поверхности ковра пылесосом.Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	2
48	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	2
49	Мытье стекла. Соблюдение последовательности действий при мытье стекла.	2
50	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	5
	<b>Итого</b>	<b>170</b>

### 12 класс

№	Тема	Количество часов
1	Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой.Различение предметов посуды для	4

	сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	
2	Накрывание на стол.Выбор посуды и столовых приборов.	6
3	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	4
4	Различение чистой и грязной посуды.Сортировка. Очищение остатков пищи с посуды.	2
5	Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды.Ополаскивание посуды. Сушка посуды.Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	4
6	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (венчик, овощечистка, шумовка, дуршлаг, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка).	6
7	Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...).	4
8	Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Обращение с бытовыми приборами.Мытье бытовых приборов.	4
9	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором.Хранение посуды и бытовых приборов.	2
10	Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	7
11	Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья.	6

12	Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на плечики.	4
13	Чистка одежды.	4
14	Уход за обувью. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при просушивании обуви.	6
15	Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	8
16	Замачивание белья. Застирывание белья.	4
17	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	4
18	Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	4
19	Сортировка белья перед стиркой: белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье.	4
20	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.	6
21	Приготовление пищи. Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.	10
22	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	6
23	Обработка продуктов. Мытье продуктов. Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов ложкой	6
24	Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	6
25	Натираание продуктов на терке.	2
26	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2

27	Соблюдение последовательности действий при раскатывании теста.	2
29	Меню в разное время года.	4
30	Холодильник. Где и как хранятся продукты.	8
31	Мытье столовой посуды, споласкивание. Сушка посуды	4
32	Планирование покупок. Виды магазинов.	4
33	Выбор места совершения покупок	2
34	Ориентация в расположении отделов магазина.	2
35	Нахождение нужного товара в магазине. Игра.	4
36	Складывание покупок в сумку. Практическая работа.	2
37	Выкладывание продуктов из пакета. Практическая работа.	2
38	Приклеивание ценника к пакету с продуктом.	2
39	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	6
40	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку.	5
41	Раскладывание продуктов в места хранения	4
42	Уборка помещения. Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.	6
43	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов по местам, выливание воды.	4
44	Уборка пола. Сметание мусора на полу в	2

	определенное место.Заметание мусора на совок.	
45	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну.	2
46	Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	2
47	Проветривание помещения. Порядок и уют в доме	4
48	Уборка класса. Практическая работа.	4
49	Различение основных частей пылесоса.Подготовка пылесоса к работе.	2
50	Чистка поверхности ковра пылесосом.Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.	4
51	Мытье рабочих столов и подоконников. Практическая работа.	4
52	Мытье стекла. Соблюдение последовательности действий при мытье стекла.	4
53	Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	8
	<b>Итого</b>	<b>204</b>

### Материально-техническое обеспечение

1. Кухня с необходимым оборудованием и посудой
2. Уборочный инвентарь
3. Презентации
4. Обучающие картинки
5. Набор «Магазин»
6. Утюг и гладильная доска
7. Демонстрационные материалы
8. Набор «Мелкий ремонт одежды»

Литература:

Вместе к самостоятельной жизни: Опыт работы Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области / Е.А.Виноградова, Е.А.Зуева, А.Г.Нестерова, А.М.Царев; под ред. А.М.Царева. – Псков: ПОИПКРО, 2014. -161 с.