

Министерство образования Свердловской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

Утверждаю:
Директор ГБОУ СО
«Североуральская школа-интернат»
Е.И. Злобина
приказ № 92 от «29» августа 2025 г.



Рабочая программа
по учебному предмету «Домоводство»
10-12 класс
АООП образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

Составитель: Т.Р. Помыткина
учитель
Рассмотрено на заседании
Школьного методического объединения
Протокол № 1
от «18» августа 2025 г.
Согласовано:
Зам. директора по УВР
И.Е. Иванова
«29» августа 2025г.

Североуральск
2025 г.

Целевой раздел

Нормативно-правовое обеспечение предмета

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;
6. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»;
7. Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
8. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» утвержденный Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020г. № 20-Д «Об утверждении устава государственных бюджетных учреждений Свердловской области»;
10. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОО (приказ № 92 от 31.08.2023 г.);
11. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
12. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
13. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026.

14. Приказ Минпросвещения России от 06.11.2024 № 779 «Об утверждении перечня документов, подготовка которых осуществляется педагогическими работниками при реализации основных общеобразовательных программ, образовательных программ среднего профессионального образования».

Пояснительная записка

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), мытье 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, 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, 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, замечание 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. Сожето-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 солонки 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

№	Тема	Кол-во часов
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 сервировке стола.	1
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, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом. Просушивание обуви.	4
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	Натираание продуктов на терке.	2
31	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
32	Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.	4
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 действий при уборке пылесосом.	4
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
	Итого	170

11 класс

№	Тема	Кол-во 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. Обращение с бытовыми приборами. Мытье бытовых приборов.	4
9	Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Хранение посуды и бытовых	2

	приборов.	
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 поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели.	4
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
	Итого	170

12 класс

№	Тема	Кол-во 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.	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	Натирание 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	6

	товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	
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 определенное место. Заметание мусора на совок.	2
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
	Итого	204