Ленинградское областное государственное бюджетное учреждение

«Сланцевский центр социального обслуживания несовершеннолетних «Мечта»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принята  на заседании педагогического совета ЛОГБУ «Сланцевский ЦСОН «Мечта»  Протокол № 03 от 31.03.2022 г. |  | Утверждена  Приказом директора ЛОГБУ «Сланцевский ЦСОН «Мечта»  № 24 от 01.04.2022 г. |

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа

**«Домоводство»**

для воспитанников от 7 до 18 лет

срок реализации 1 год

г.Сланцы

2022 год

**1. Пояснительная записка**

Программа «Домоводство» направлена на практическую подготовку воспитанников из семей, находящихся в ТЖС, в т.ч. оставшихся без попечения родителей и временно проживающих в учреждении, к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации.

Необходимо, используя все возможности воспитанников, развивать у них жизненно необходимые навыки, чтобы став взрослыми, они могли самостоятельно себя обслуживать, выполнять в быту и в специальных производственных условиях несложные трудовые операции и ориентироваться в окружающем мире.

Настоящая программа составлена коллективом педагогов с учетом возрастных особенностей воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложне­ния и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизированно формировать и со­вершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориен­тировки в окружающем, а также практически знакомиться с учреждениями, в которые им придет­ся обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Кроме того, дан­ные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

Основными формами и методами обучения являются практи­ческие работы, экскурсии, беседы; широ­ко используются наглядные средства обучения.

Занятия по домоводству целесообразно проводить группами из 4—5 человек. Это позволит каждому воспитаннику, независимо от его интеллекту­альных и физических возможностей, овладеть основными способа­ми ухода за одеждой, обувью, приготовления пищи, научиться со­ставлять деловые бумаги, заполнять разного рода бланки и документы. На занятиях отводится время для изучения правил тех­ники безопасности, формирования умений пользоваться нагрева­тельными электрическими и механическими бытовыми прибора­ми и приспособлениями, колющими и режущими инструмента­ми, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком. Так же необходи­мо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиени­ческих требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

В ряде разделов предусмотрена система упражнений, которые каждый воспитанник выполняет индивидуально. Эта работа осуществляется с целью выработки у воспитанников определенных умений и навыков на осно­ве знаний, полученных как на занятиях по домоводству, так и на других заняти­ях.

Занятия проходят во внеурочное время один раз в неделю.

Продолжительность занятий- 1 час

Отличительными особенностями программы являются:

1.Определение видов организации деятельности воспитанников школьного возраста, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения программы.

2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3.Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4.Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки качества образования.

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности воспитанников школьного возраста по каждой теме.

Принципами построения программы являются:

- непрерывность;

- целенаправленность;

- научность;

- систематичность и последовательность;

- доступность.

**Цель**: формирование у воспитанников знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

**Задачи:**

* Привитие трудовых навыков, навыков самообслуживания
* Развитие эстетического вкуса детей
* Расширение знаний детей по домоводству
* Формирование культуры общения
* Формирование и развитие творческих способностей детей в кулинарии
* Формирование экологических убеждений
* Развитие трудовых навыков у детей
* Воспитывать умение доводить начатое дело до конца
* Развитие художественного вкуса у детей

**Формы работы:**

Рассказ, беседа, упражнение, решение практических задач.

**Методы и приемы обучения:**

Словесные, наглядные, упражнения, практические задания.

**Этапы реализации программы:**

1. Диагностический этап.

Выявляет ценностные ориентации, интересы, потребности воспитанников, знания и умения полученных ранее.

2. Стартово-мотивационный этап.

Предполагает пробное включение воспитанников в данную деятельность с обязательным выполнением условий добровольности. Комплектованию группы предшествует индивидуальная беседа с подростками.

3. Содержательно- деятельностный этап.

Обеспечивает возможности для самореализации воспитанников. В этот период существенным является органическое сочетание просветительской работы в области домоводства.

4. Рефлексивный этап.

Обеспечивает возможность самооценки и анализа проделанной работы посредством защиты собственных реализованных в процессе обучения проектов.

**2. Ожидаемые результаты реализации программы**

В результате обучения по программе « Домоводство» воспитанники получат знания по следующим направлениям:

* Пищевая ценность продуктов
* Правила здорового питания
* Способы приготовления и оформления блюд
* Правила подачи блюд
* Правила поведения за столом
* Правила по технике безопасности при кулинарных работах
* Санитарно-гигиенические требования к жилищу
* Уход за собой
* Виды рукоделия
* Навыки оказания первой доврачебной помощи.
* Основные сельскохозяйственные работы на приусадебном участке
* Приобретение уверенности в будущем жизнеустройстве;
* Искоренение иждивенческих наклонностей;
* Расширение круга социальных коммуникаций;
* Приобретение умения адекватно оценивать результаты труда.

**Воспитанники приобретут умения:**

* Создавать интерьер и уют в доме, а также ухаживать и содержать дом в порядке
* Приготовить пищу
* Сервировать стол
* Соблюдать санитарно- гигиенические и экологические требования
* Соблюдать правила по технике безопасности
* Правильно вести себя за столом
* Ухаживать за растениями в доме и на приусадебном участке
* Соблюдать правила личной гигиены, опрятность
* Содержать в надлежащем виде свой гардероб
* Изготавливать поделки, украшать жилище
* Планировать бюджет

**Критерии оценки:**

1) Стартовая:

- результаты первичной диагностики;

2) Промежуточная:

- мониторинг освоения знаний, умений и навыков;

- наблюдения результатов практических занятий;

3) Итоговая:

- презентация творческого проекта.

Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогут им в повседневной жизни, а некоторым дадут ориентацию в выборе профессии.

**3. Учебно- тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов, тем | Всего  часов | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2. | Правильное питание | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Продукты. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Кулинария. | 8 | 1 | 7 |
| 5 | Внешний вид | 5 | 1 | 4 |
| 6. | Жилище | 5 | 1 | 5 |
| 7 | Чистота и порядок | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Здоровье и личная гигиена | 2 | 1 | 1 |
| 9 | Одежда и обувь | 4 | 2 | 2 |
| 10 | Рукоделие | 10 | 1 | 9 |
| 11 | Семейный бюджет | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 12 | Приусадебный участок | 5 | 2,5 | 2,5 |
| 13 | Взгляд в будущее | 2 | 1 | 1 |
|  |  |  |  |  |
|  | Итого: | **Всего**  **50** | **Теория**  **14,5** | **Практика**  **26,5** |

**4. Содержание**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  темы | Содержание | Цели и задачи | Форма проведения |
| 1. 1. | Вводное занятие | Познакомить воспитанников с планом работы на год, с творческими проектами, которые необходимо будет выпол­нить; проинструктировать по охране труда; воспитывать мотива­цию к учебной деятельности. | 1.Инструктаж по технике безопасности.  Правила пользования нагревательными приборами (газовыми и электрическими). Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. |
| 1. 1. | Правильное питание | Расширять и обогащать знания воспитанников о значении продуктов питания для здоровья человека, о необходимости правильного питания. | Беседа о правильном и здоровом питании. Определение понятий: жиры, углеводы, белки, калории. Практическое занятие: составление рациона питания, с учетом питательности и калорий продуктов. |
| 1. 3 | Продукты | Формирование умений выбора полезных и важных продуктов и составления меню питания, с использованием приемов проектной деятельности. | 1.Презентация «Правила и приемы хранения продуктов и готовой пищи. Способы выбора доброкачественных продуктов».  2. Творческая работа «Составление ежедневного и праздничного меню» |
| 1. 2. | Кулинария. | Фор­мировать умения определять простейшими приемами экологичес­ки чистые продукты; приготовить блюда, эстетически оформить, проявить элементы творчества при создании новых вариантов ку­линарных рецептов и украшение их. | 1. «Моя кухня» Инструктаж по технике безопасности на кухне. Беседа о разнообразии русской современной кухни, о традициях гостеприимства на Руси.  2. «Чайный стол»  Беседа о традициях чаепития. Виды чая, способы заваривания чая, сервировка стола.  3. Практическое занятие «Оригинальные бутерброды»  4. «Мучное блюдо»  Виды мучных блюд, способы приготовления макаронных изделий, выпечки. Практическое занятие по выпечке блинов.  5.«Овощное блюдо». Беседа о разнообразии овощных блюд, салатов, их питательных и полезные свойствах. Ознакомление с различными вариантами приготовления овощных блюд. Практическое занятие.  6. «Фруктовое блюдо»  Беседа о разнообразии фруктовых блюд, салатов, их питательных и полезные свойствах. Ознакомление с различными вариантами приготовления фруктовых блюд ( соков). Практическое занятие.  7. Практическое занятие «Украсим праздничное блюдо»  8. «Сервировка стола» Беседа о правилах сервировки стола. Знакомство с основными приборами, вспомогательными приборами, столовой посудой. Знакомство с правилами этикета за столом. Практическое занятие. |
| 1. 3. | Внешний вид | Формировать умение подбирать одежду с учетом фигуры и назначения, заботиться о своем внешнем виде. Развивать эстетический вкус.  Формировать умение подбирать одежду с учетом фигуры и назначения, заботиться о своем внешнем виде. Развивать эстетический вкус. | 1. Урок эстетики «Внешний вид - залог успеха!»  2. Практикум «Уроки макияжа».  3. Практикум «Моя прическа»  4. Практикум «Подбери подходящую пару»  5. Творческий конкурс «Мой стиль» |
| 1. 4. | Жилище | Формировать эстетический вкус.  Развивать интерес к созданию уюта, воспитание аккуратности, развитие творческих способностей. | 1. Беседа о том, как сделать дом уютным своими руками. Предметы декорирования, украшения и убранства в интерьере дома. Просмотр журналов по современному оформлению интерьера комнаты.  2- 5 Изготовление поделок для украшения дома к различным праздникам ( Новый год, Пасха и др.) с использованием разных техник.  6. Практическое занятие. Проект «Эскиз моей уютной комнаты, кухни, спальной». |
|  | Чистота и порядок | Воспитывать личностные ка­чества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементы трудовой культуры; организация труда. | 1. Беседа «Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению»  2. Знакомство с бытовой техникой для поддержания порядка в доме. Практическое занятие по уборке в комнате. |
| 1. 5. | Здоровье и личная гигиена | Научить управлять своим биологическим началом, подчинять его нравственным принципам и нормам морали.  Познакомить с навыками оказания первой доврачебной помощи. | 1. Беседа «Личная гигиена для девочки» ( для мальчика)  2. Просмотр и обсуждение в/фильма «Доврачебная помощь».  3. Практическое занятие «Оказание первой помощи» |
| 1. 7. | Одежда и обувь | Воспитывать трудолюбие, уважительное отношение к людям и результатам их труда, применять на  практике правила сотрудничества в коллективной деятельности | 1.Беседа-лекция  Значение опрятного вида человека. Поддержание одежды и обуви в порядке.  2. Практическая работа: пришивание пуговиц, крючков, петель, вешалок.  3. Правила глажения. Техника безопасности при работе с утюгом.  4. Практическая работа: глажение полотенец, платочков |
| 1. 8. | Рукоделие. | Познакомить с разными видами рукоделия, способствовать развитию творческих способностей, воспитывать художественный и эстетический вкус. | Беседа  1. Презентация -знакомство с разными видами рукоделия.  2-4 Практическая работа:  Вышивка крестом.  5-6 Практическая работа: Бисероплетение  7-8 Практическая работа «Основы вязания спицами »  9-10 Практическая работа «Основы вязания крючком » |
| 1. 9. | Семейный бюджет | Повышать уровень общего развития воспитанников способствующий всесторонней подготовке к будущей самостоятельной жизни. | 1. Ролевая игра «Расходы и доходы»  2. Экономическая игра. «Мой маршрут: магазин, банк, почта». |
| 1. 10 | Приусадебный участок | Познакомить с приемами обработки почвы, прививать интерес к цветоводству и овощеводству.  Научить правильному уходу за растениями. Прививать трудолюбие и стремление добиться положительного результата | 1.Обработка земли.  2. Выращивание крупносеменных однолетних цветковых растений  3.Выращевание овощных культур.  4. Цветоводство  5. Рыхление, полив, прополка. |
|  | Взгляд в будущее | Повышать уровень общего развития воспитанников, способствующий всесторонней подготовке к самостоятельной взрослой жизни. | 1. Круглый стол « Когда я стану взрослым»  2. Ролевая игра «Моя семья» |

**5. Материально-техническое обеспечение**

Проектор, ноутбук, мультимедийная установка, раздаточный материал.

Кухонное оборудование, приспособления, электрооборудование, посуда, продукты. Технические средства, приспособления и оборудование для уборки дома, стирки белья, современные средства для ухода за домом.

**6. Список литературы**

1. Абросимова Е. А. Финансовая грамотность: методические рекомендации для учителя. Детские дома, школы-интернаты / Е. А. Абросимова. — М.: ВИТА-ПРЕСС, 2014. — 48 с. (Дополнительное образование: Серия «Учимся разумному финансовому поведению»).

2.Ермакова В.И. Основы кулинарии: Учеб. пособие для учащихся 8-11 кл. сред. шк.- М.: Просвещение, 1993.-192 с.

3.Зайцева И.А. 1000 правил этикета и сервировки стола – М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2009. – 240 с.

4.MAGYAR KONYHA. HIDEGTALAK. Украшение блюд и сервировка праздничного стола. Издательская группа «Контэнт», 2011. – 80 с.

5.Мусская И. А. Домоводство – Ижевск:1991. – 416 с.

6.Уте Мейер Вкусно, просто, аппетитно. Кулинарная студия фирма BURDA MODEN. Издательство Энне Бурды, 1984. – 505 с.

7. Дятлова Г.В., Хворостухина С.А. Современная энциклопедия этикета / Сост. Г.В.Дятлова, С.А. Хворостухина. – М.: ООО «ТД «Издательство Мир книги», 2005. – 352 с.