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. |   | УтвержденаПриказом 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 | Всегочасов | 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-лекцияЗначение 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. | Беседа1. Презентация -знакомство с разными видами рукоделия.2-4 Практическая работа:Вышивка крестом.5-6 Практическая работа: Бисероплетение7-8 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 растений3.Выращевание овощных культур.4. Цветоводство5. 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.