

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
Министерство образования Свердловской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области

**«Камышловский гуманитарно-технологический техникум»**

структурное подразделение

школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы

Рассмотрено:  
на заседании ШМО  
старших классов  
протокол № 3  
от 17.06.2025 г.

Рассмотрено:  
на заседании педсовета  
протокол № 4  
от 19.06.2025 г.

Утверждено:  
приказом директора № 339-од  
от 26.06.2025 г.

**Рабочая программа  
учебного курса  
«Домоводство»  
для обучающихся 5-12 классов  
(АООП УО 2 вариант)**

Составитель:  
Вахрамеева  
Светлана  
Владимировна,  
учитель,  
в. кв. категории

Камышлов, 2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Домоводство» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599, на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2022 г № 1026.

Особенности и своеобразие психофизического развития детей с умеренной умственной отсталостью определяют специфику их образовательных потребностей. Умственная отсталость обучающихся данной категории, как правило, в той или иной форме осложнена нарушениями опорно-двигательных функций, сенсорными, соматическими нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы или другими нарушениями, различное сочетание которых определяет особые образовательные потребности детей.

Под особыми образовательными потребностями детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью следует понимать комплекс специфических потребностей, возникающих вследствие выраженных нарушений интеллектуального развития, часто в сочетанных формах с другими психофизическими нарушениями. Учет таких потребностей определяет необходимость создания адекватных условий, способствующих развитию личности обучающихся для решения их насущных жизненных задач.

Общая характеристика 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 посильного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственными – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель образовательно-коррекционной работы с учетом специфики учебного предмета: Повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйствственно-бытовой деятельности.

### Задачи предмета:

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

### Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Учебный предмет «Домоводство» входит в обязательную часть учебного плана, предметную область «Окружающий мир», рассчитан на обучающихся 5 – 9 классов и составляет:

5 класс - 102 часа, 3 час в неделю, 34 учебные недели

6 класс - 170 часов, 5 часов в неделю, 34 учебные недели

7 класс - 170 часов, 5 часов в неделю, 34 учебные недели

8 класс - 170 часа, 5 часов в неделю, 34 учебные недели

9 класс - 170 часов, 5 час в неделю, 34 учебные недели

10 класс – 170 часов, 5 часов в неделю, 34 учебные недели

11 класс – 170 часов, 5 часов в неделю, 34 учебные недели

12 класс – 204 часа, 6 часов в неделю, 34 учебные недели

Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета

#### Личностные результаты:

- Умение принимать помощь взрослого и/или одноклассников при выполнении различных операций.
- Умение выражать своё отношение к результатам соей или чужой деятельности.

#### Предметные результаты

- Навыки практического взаимодействия с хозяйственными и бытовыми предметами, инструментами. Соотнесение посуды с ее функциональным назначением.
- Сортировка предметов по функциональному признаку.
- Операции с бытовыми предметами и инструментами с учетом их функционального назначения.
- Проявлять интерес к объектам, созданным и используемым человеком. - Иметь представления о предметах посуды, мебели, продуктах питания, уборочного инвентаря, бытовой техники;

- Уметь соблюдать элементарные правила безопасного использования предметов в быту.
- Иметь представления о социальных ролях людей.
- Уметь выполнять доступные (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома.
- Уметь выполнять доступные бытовые виды работ: уборка, стирка, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.

### **Требования к результату обучения**

Предполагается, что к концу обучения по предмету «Домоводство» учащиеся по возможности будут:

- проявлять интерес к объектам, созданным и используемым человеком;
- иметь представления о предметах посуды, мебели, продуктах питания, уборочного инвентаря, бытовой техники;
- уметь соблюдать элементарные правила безопасного использования предметов в быту;
- иметь представления о социальных ролях людей;
- владеют умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома;
- уметь выполнять доступные бытовые виды работ: уборка, стирка, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.

### **Содержание учебного предмета**

#### **5 КЛАСС**

##### **Уборка территории**

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**

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

### **Уход за вещами**

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**

Различие предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож). Различие 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**

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**

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, 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, 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**

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**

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**

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**

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 солонок и ваз, расставление блюд.

### **Приготовление пищи**

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 сервис). 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**

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, нажимание 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**

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**

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**

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**

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. Различие 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. Мытьё 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 солонок и ваз, расставление блюд.

## **Приготовление пищи**

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) (гречка, 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**

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, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчёте 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**

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**

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**

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**

Различие 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 солонок и ваз, расставление блюд.

## **Приготовление пищи**

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**

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, нажимание 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**

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**

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. Мытьё стеклянных и зеркальных поверхностей в доме.

## **Уход за вещами**

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. Мытьё обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

## **Обращение с кухонным инвентарём**

Различие 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. Мытьё 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 солонок и ваз, расставление блюд.

## **Приготовление пищи**

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 солонок 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**

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, нажимание на кнопку, приkleивание 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.

## **10 класс**

### **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.

### **Приготовление пищи**

Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой. Различие 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. Различие 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. Различие овощей и фруктов. Различие напитков (вода, чай, сок, какао, кофе) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком. Различие молочных продуктов (молоко, йогурт, сметана, кефир) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с молочным продуктом. 62 Различение муки и мучных изделий: готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, бараки, 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, снимание 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**

Уход за обувью. Различие уличной и домашней обуви.

Уход за одеждой. Различие 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. Полосканье 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, полосканье 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, 63 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. Вытираение 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

### **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. Различие предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, нож). Различие 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. Различие напитков (лимонад, компот, квас, кисель и пр.) по внешнему виду, на вкус. Узнавание упаковок с напитком. Различие молочных продуктов (творог, творожная масса, масло, сыр, мороженое) 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) (гречка, 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. Различие уличной и домашней обуви. Уход за уличной обувью: мытье грязной обуви, вытирание ее тряпкой; сушка обуви; различие щетки для обуви, крема для обуви; выполнение действий по чистке обуви.
2. Уход за одеждой. Чистка верхней одежды при помощи щетки. Различие одежды для помещения и верхней одежды для улицы. Применение щетки для чистки верхней одежды от грязи и пыли. Машинная стирка. Различие 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, вытираение 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, мытьё рамы, вытираение рамы, мытьё стекла, вытираение 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**

### **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.

### **Приготовление пищи**

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 солонок 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, снимание 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, снимание 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**

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.

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. Различие 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.

### **Критерии оценивания:**

Аттестация обучающихся проводится в течение учебного года как результат освоения образовательной программы. При аттестации обучающихся,

используется только качественная оценка успешности освоения учебной программы.

Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу обучающихся. При обучении по программе «Домоводство» центральным результатом является появление значимых предпосылок трудовой деятельности, одной из которых является способность её осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определённой долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками. В целом, оценка достижения обучающимися с умственной отсталостью предметных результатов должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Система оценки результатов отражает степень выполнения 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.

#### Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

##### Учебно-методические средства обучения

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) /Мин-во образования и науки РФ. - М.: Просвещение, 2019
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 24.11.22 № 1026

##### Материально-техническое обеспечение

###### Дидактический материал:

- изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники;
- изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.

###### Оборудование:

- Компьютер, принтер, настенный телевизор.

- Холодильник, кухонный гарнитур, электрические плиты, микроволновая печь. Наборы кухонной и чайной посуды, набор ножей, кухонный комбайн.
- Стиральная машина, утюг.
- Предметная наглядность по всем разделам программы.

## Тематическое планирование, 5 класс, 102 часа

Тема урока	Количество часов
Раздел программы «Уборка помещения», 27 часов	
Правила поведения на уроке и на перемене	1 час
Обязанности дежурного по классу	1 час
Дежурство по классу	1 час
Уборка предметов с поверхности	2 часа
Вытираение поверхности мебели	2 часа
Вытираение предметов интерьера	2 часа
Раскладывание предметов интерьера по местам	2 часа
Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели	2 часа
Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место	2 часа
Заметание мусора на совок	1 час
Соблюдение последовательности действий при подметании пола	2 часа
Дежурство по столовой	2 часа
Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора	3 часа
Мытьё пола. Правила безопасной работы при мытье пола	2 часа
Соблюдение последовательности действий при мытье пола	2 часа
Итоговый урок	
Раздел программы «Уборка территории», 7 часов	
Правила безопасной работы при уборке территории	1 час
Уборочный инвентарь	2 часа
Хранение уборочного инвентаря	1 час
Уборка снега	3 часа
Раздел программы «Уход за вещами», 13 часов	
Ручная стирка	1 час
Правила безопасной работы при ручной стирке.	1 час
Наполнение емкости водой	1 час
Выбор моющего средства. Правила безопасной работы с моющими средствами	1 час
Замачивание белья	1 час
Застирывание белья. Полоскание белья	1 час
Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку	1 час
Складывание сухого белья	1 час
Складывание одежды, белья в шкафу	1 час
Уход за обувью	1 час
Соблюдение последовательности действий при мытье обуви	1 час
Просушивание обуви	1 час
Итоговый урок	1 час
Раздел программы «Жилище», 30 часов	
Различение предметов посуды для сервировки стола	1 час
Различение предметов посуды для приготовления пищи	1 час
Различение кухонных принадлежностей	2 часа
Различение чистой и грязной посуды	1 час
Моющие средства для мытья посуды	2 часа
Правила безопасной работы с моющими средствами.	1 час
Замачивание посуды	1 час
Чистка посуды	2 часа

Ополаскивание посуды	1 час
Сушка посуды	1 час
Соблюдение алгоритма действий при мытье и сушке посуды	3 часа
Хранение посуды	2 час
Выбор посуды и столовых приборов	1 час
Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола	2 час
Соблюдение алгоритма действий при сервировке стола	2 часа
Сервировка стола к завтраку	1 час
Сервировка стола к обеду	1 час
Сервировка стола к ужину	1 час
Практические работы	3 часа
Итоговый урок	1 час
<b>Раздел программы «Приготовление пищи», 18 часов</b>	
Правила гигиены при приготовлении пищи	1 час
Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда	1 час
Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда	1 час
Обработка продуктов	1 час
Мытье продуктов	1 час
Заваривание чая	2 часа
Нарезка хлеба	2 часа
Нарезка гастрономических продуктов	2 часа
Простые открытые бутерброды	2 часа
Закрытые бутерброды	2 часа
Горячие бутерброды	2 часа
Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи	1 час
<b>Раздел программы «Покупки», 7 часов</b>	
Планирование покупок	1 час
Правила поведения в магазине	2 часа
Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др.	1 час
Складывание покупок в сумку	1 час
Раскладывание продуктов в места хранения 1 час	
Экскурсия в магазин	1 час
Обобщающий урок	1 час

## Тематическое планирование, 6 класс, 170 часов

Тема урока	Количество часов
<i>Раздел программы «Индивидуальные санитарно-гигиенические правила и навыки», 10 часов</i>	
Закаливание организма.	2 ч.
Гигиена тела, нижнее белье	4 ч.
Ежедневные гигиенические процедуры	4 ч.
<i>Раздел программы «Содержание и уход за городским и сельским жилищем» 16 часов</i>	
Сезонные работы в доме, их виды. Осень	2 ч.
Работы во дворе, в огороде, на участке	2 ч.
Растения в доме, их назначение	2 ч.
Цветущие растения, их особенности	2 ч.
Уход за декоративными растениями	4 ч.
Огород на подоконнике	4 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты, домашние заготовки» 14 часов</i>	
Растения сада и огорода	2 ч.
Правила хранения овощей, фруктов, ягод	2 ч.
Отравление консервированными продуктами, правила первой помощи	2 ч.
Заморозка зелени	2 ч.
Консервирование овощей	4 ч.
Повторение	2 ч.
<i>Раздел программы «Одежда, обувь, белье; уход за ними» 6 часов</i>	
Зимняя одежда	2 ч.
Уход за зимней одеждой	2 ч.
Правила использования зимней обуви	2 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты, домашние заготовки» 22 часа</i>	
Питание и здоровье человека.	2 ч.
Режим питания	2 ч.
Продукты питания, их виды.	2 ч.
Овощи, правила хранения.	2 ч.
Первичная обработка продуктов. Картофель	2 ч.
Тепловая обработка продуктов. Картофель	10 ч.
Повторение	2 ч.
<i>Раздел программы «Дом, семья, семейные отношения» 12 часов</i>	
Семья, родственные отношения	4 ч.
Состав семьи	4 ч.
Взаимоотношения в семье	4 ч.
<i>Раздел программы «Содержание и уход за городским и сельским жилищем» 14 часов</i>	
Планировка квартиры.	2 ч
Прихожая	2 ч.
Гостиная	2 ч.
Спальня	2 ч.
Детская	2 ч.

Санузел и ванная комната.	2 ч.
Кухня	2 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье» 27 часов</i>	
Оборудование кухни	2 ч.
Правила пользования газовой, электрической плитой, уход за ними	2 ч.
Кухонная и столовая посуда	2 ч.
Кухонная утварь	2 ч.
Виды круп. Правила хранения	3 ч.
Манная каша	2 ч.
Рисовая каша	3 ч.
Рисовые котлеты	3 ч.
Гречневая каша	3 ч.
Яичневая каша	2 ч.
Манник	3 ч.
<i>Раздел программы «Правила этики и этичных отношений в семье и с окружающими людьми» 9 часов</i>	
Слова прощания и приветствия.	2 ч.
Осанка, мимика и жесты.	2 ч.
Поведение за столом.	2 ч.
Повторение	3 ч.
<i>Раздел программы «Содержание и уход за городским и сельским жилищем (дачным домом)» 13 часов</i>	
Сезонные работы в доме, дворе, их виды. Весна.	1 ч.
Работы во дворе, в огороде, на участке. Весна.	1 ч.
Озеленение двора. Виды клумб.	1 ч.
Однолетние и многолетние цветы.	1 ч.
Подготовка емкостей для рассады.	1 ч.
Посев рассады, маркировка.	6 ч.
Уход за рассадой	2 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье» 27 часов</i>	
Холодильник, морозильник	2 ч.
Электробытовые кухонные приборы	2 ч.
Деревянный инвентарь (разделочная доска, скалки, пестики, хлебница).	2 ч.
Блюда из яиц.	8 ч.
Блюда из хлеба	8 ч.
Полуфабрикаты	4 ч.
Повторение	1 ч.

## Тематическое планирование, 7 класс, 170 часов

Тема урока	Количество часов
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты» 40 ч.</i>	
История хлеба	2 ч.
Русский хлеб и его разновидности.	1 ч.
Блюда из хлеба на завтрак, обед, ужин.	3 ч.
Виды бутербродов	4 ч.
Практические работы	4 ч.
Соль, ее назначение	2 ч.
Сахар, его польза и вред.	3 ч.
Виды пряностей и приправ в пище.	2 ч.
Ежедневное меню	4 ч.
Завтраки	1 ч.
Блюда из яиц (яичницы, омлеты).	4 ч.
Напитки для завтрака (соки, чай, кофе).	4 ч.
Блюда из круп	5 ч.
Сервировка стола к завтраку	1 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты» 40 ч.</i>	
Сан.- гигиенические требования к процессу приготовления пищи.	2 ч.
Праздник в доме	2 ч.
Приглашение на праздник	3 ч.
Подготовка дома (квартиры) к приему гостей	2 ч.
Дизайн праздничного дома	4 ч.
Этикетные правила приема гостей.	2 ч.
Праздничная кулинария	2 ч.
Салаты для праздничного стола.	4 ч.
Горячие блюда	4 ч.
Изготовление подарков своими руками к празднику	4 ч.
Сервировка праздничного стола.	5 ч.
Практические занятия	6 ч.
<i>Раздел программы «Ремонтные работы в доме», 19 часов</i>	
Виды ремонта в доме	2 ч.
Косметический ремонт	1 ч.
Текущий ремонт	1 ч.
Подготовка помещений к ремонту	2 ч.
Список инструментов и материалов	2 ч.
Закупка необходимых материалов и инструментов	2 ч.
Обновление потолков (правила, практические приемы).	2 ч.
Краски для ремонта окон, дверей, пола	2 ч.
Оклейивание стен обоями	2 ч.
Практические работы	3 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты» 31 час</i>	
Обеденное меню	2 ч.
Стоимость продуктов для приготовления обеда	4 ч.
Питательная ценность овощей, мяса, рыбы, фруктов.	4 ч.
Супы (виды, способы приготовления).	5 ч.

Мясные блюда (виды, способы приготовления).	2 ч.
Рыбные блюда (виды, способы приготовления).	4 ч.
Овощные салаты	5 ч.
Практические работы	5 ч.
<i>Раздел программы «Организация питания в семье, кулинарные рецепты» 40 часов</i>	
Меню на ужин	1 ч.
Стоимость и расчет основных продуктов	2 ч.
Холодный и горячий ужин (меню, способы их приготовления).	2 ч.
Приготовление макарон. Отварные, запеканка, суп-лапша.	6 ч.
Блюда из творога (запеканка, сырники)	4 ч.
Блюда из картофеля (пюре, драники, картофельные котлеты)	6 ч.
Напитки к ужину	2 ч.
Экономная кулинария для ужина	5 ч.
Сервировка стола к ужину	4 ч.
Практические работы	6 ч.
Итоговый урок	2 ч.

## Тематическое планирование, 8 класс, 170 часов

Тема урока	Количество часов
<i>Раздел «Разумная экономика» 12 ч.</i>	
«Вводное занятие»	1 ч.
Заработка плата. Бюджет семьи	1 ч.
Планирование расходов	2 ч.
Вещи долговременного пользования и их стоимость	2 ч.
Планирование денежных средств на отдых, непредвиденные расходы	2 ч.
Планирование бюджета семьи	2 ч.
Расчет показаний расхода электроэнергии	2 ч.
<i>Раздел «Домашняя аптечка» 28ч.</i>	
Правила комплектования аптечки	2 ч.
Правила хранения лекарств	4 ч.
Народные безопасные средства для дезинфекции, полоскания и ожогов	2 ч.
Правила обращения с лекарствами. Хранение лекарств	2 ч.
Виды лекарственных средств	2 ч.
Лекарственные травы	2 ч.
Отвары из лекарственных трав	2 ч.
Термометр. Виды термометров	3 ч.
Правила применения термометров	2 ч.
Перевязочные средства	3 ч.
Практические работы	2 ч.
Итоговый урок	2 ч.
<i>Раздел: «Питание» 40 ч.</i>	
Вводное занятие ТБ.	2 ч.
Приготовление изделий из теста	4 ч.
Виды теста	2 ч.
Приготовление блинчиков	3 ч.
Виды начинок	3 ч.
Приготовление вареников	2 ч.
Приготовление пиццы	2 ч.
Пирожки из дрожжевого теста	2 ч.
Пирожки из слоеного теста	2 ч.
Приготовление песочного печенья	4 ч.
Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, неделю.	3 ч.
Приготовление киселя	2 ч.
Приготовление какао	2 ч.
Приготовление компотов	2 ч.
Сервировка стола к ужину	2 ч.
Рецепты	2 ч.
Итоговый урок	1 ч.
<i>Раздел «Здоровье» (18 часов)</i>	
Вводный урок	2 ч.
Гигиенический режим, его правила в течение дня, недели	2 ч.
Источники заболеваний	2 ч.
Профилактика воспалительных и вирусных заболеваний	2 ч.
Травмы и ожоги	2 ч.
Правила вызова врача, «скорой помощи».	2 ч.
Уход за больными в доме.	2 ч.

Практические работы	2 ч.
Итоговый урок	2 ч.
<i>Раздел «Здоровье и красота» (12 часов)</i>	
Понятие о здоровом образе жизни	2 ч.
Внешняя красота и ее правила	2 ч.
Гигиенические средства для девушек и юношей	2 ч.
Косметические средства	2 ч.
Практические работы	2 ч.
Итоговый урок	2 ч.
<i>Раздел «Правила этики» (20 часов)</i>	
Культура поведения	2 ч.
Поведение в общественных местах	2 ч.
Правила выхода из конфликтной ситуации в семье и с друзьями	2 ч.
Правила поведение в гостях	2 ч.
Правила приема гостей	2 ч.
Подарки и сувениры	2 ч.
Правила вручения подарков	2 ч.
Правила приема подарков	2 ч.
Практические работы	3 ч.
Итоговый урок	1 ч.
<i>Раздел «Организация досуга», 10 ч.</i>	
Досуг, отдых и развлечения	2 ч.
Организация досуга	2 ч.
Семейный досуг	2 ч.
Досуг как укрепление и развитие здоровья	1 ч.
Отдых и его разновидности	2 ч.
Виды развлечений	1 ч.
<i>Раздел «Питание» 30 ч.</i>	
Семейный обед	2 ч.
Закуски, нарезки, бутерброды	4 ч.
Первые блюда	2 ч.
Вторые блюда, гарниры	4 ч.
Третий блюда	4 ч.
Торты и пирожные	4 ч.
Дополнительные блюда	3 ч.
Сервировка праздничного стола	3 ч.
Скатерть и салфетки	2 ч.
Контрольная работа	2 ч.

## Тематическое планирование, 9 класс, 170 часов

Тема урока	Количество часов
<i>Раздел «Одежда, обувь, уход за ними» 14 ч.</i>	
Ассортимент и назначение средств бытовой химии	2 ч.
Из истории появления средств бытовой химии	2 ч.
.Стирка льняных тканей, моющие средства	2 ч.
Стирка шерстяных, шелковых и синтетических тканей.	2 ч.
Универсальные моющие средства, знаки на тканях	2 ч.
Отбеливание тканей, антистатическая обработка	2 ч.
Выведение пятен различного происхождения (полезные советы).	2 ч.
<i>Раздел «содержание городского и сельского жилища (дачного дома) и уход за ним» 26 ч.</i>	
Уход за мебелью	2 ч.
Уход за мягкой мебелью	4 ч.
Чистка и мытье оконных стекол и зеркал	3 ч.
Удаление накипи (практические занятия).	2 ч.
Чистка мытье и дезинфекция ванн, раковин, унитазов	3 ч.
Текущая (ежедневная) уборка квартиры	2 ч.
Сезонная уборка жилых помещений	2 ч.
Генеральная уборка жилых помещений	3 ч.
Практические работы	2 ч.
Итоговый урок	3 ч.
<i>Раздел: «Питание» 40 ч.</i>	
Вводное занятие. Охрана труда	2 ч.
Первые блюда	4 ч.
Виды супов	2 ч.
Бульоны	3 ч.
Супы на курином бульоне	3 ч.
Супы на грибном бульоне	2 ч.
Супы на овощном отваре	2 ч.
Заправочные супы	2 ч.
Щи	2 ч.
Борщ	4 ч.
Рассольник	3 ч.
Гороховый суп	2 ч.
Солянка	2 ч.
Супы из концентратов	4 ч.
Рецепты	2 ч.
Итоговый урок	1 ч.
<i>Раздел «Содержание городского и сельского жилища (дачного дома) и уход за ним» (37 часов)</i>	
Вводный урок	2 ч.
Кухонная посуда	2 ч.
Уход за кухонной посудой	4 ч.
Столовая посуда	2 ч.
Уход за столовой посудой	4 ч.
Столовые приборы	2 ч.
Сервировка стола. Сервиз	3 ч.
Сервировка стола. Скатерть	2 ч.

Сервировка стола. Салфетки	4 ч.
Сервировка стола к завтраку	2 ч.
Сервировка стола к обеду	2 ч.
Сервировка стола к ужину	2 ч.
Практические работы	4 ч.
Итоговый урок	2 ч.
<i>Раздел «Правила этики» (13 часов)</i>	
Культура поведения	2 ч.
Поведение в общественных местах	2 ч.
Поведение в транспорте	2 ч.
Поведение в гостях	2 ч.
Практические работы	4 ч.
Итоговый урок	1 ч.
<i>Раздел «Содержание городского и сельского жилища (дачного дома) и уход за ним», 10 ч.</i>	
Виды жилых помещений	2 ч.
Сезонные работы в загородном доме. Зима	2 ч.
Инвентарь, виды работ	2 ч.
Сезонные работы в загородном доме. Весна	2 ч.
Инвентарь, виды работ	2 ч.
Сезонные работы в загородном доме. Лето	2 ч.
Инвентарь, виды работ	2 ч.
Сезонные работы в загородном доме. Осень	2 ч.
Инвентарь, виды работ	2 ч.
Уход и хранение хозяйственного инвентаря	4 ч.
Сбор и хранение хозяйственных отходов	4 ч.
Утилизация хозяйственных отходов	4 ч.
Охрана окружающей среды	3 ч.
Практические работы	5 ч.
Итоговый урок	2 ч.

## 10 класс

<b>Тема</b>	<b>Часы</b>
<b>Приготовление пищи</b>	
Обращение с кухонным инвентарем. Обращение с посудой.	2
Накрывание на стол	3
Выбор посуды и столовых приборов.	4
Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	4
Соблюдение последовательности действий при сервировке стола.	1
Различение чистой и грязной посуды.	2
Замачивание посуды. Протирание посуды губкой.	4
Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.	2
Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды.	2
Узнавание (различение) кухонных принадлежностей	4
Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник...)	4
Последовательность действий при пользовании электробытовым прибором.	5
Мытье бытовых приборов	2
Хранение посуды и бытовых приборов	2
<b>Уход за одеждой и обувью</b>	
Уход за вещами. Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора).	5
Соблюдение последовательности действий при глажении белья	5
Складывание белья и одежды	2
Вывешивание одежды на плечики	1
Чистка одежды	1
Уход за обувью. Просушивание обуви.	4
Ручная стирка. Наполнение емкости водой.	4
Замачивание белья. Застирывание белья.	1
Соблюдение последовательности действий при ручной стирке белья.	1
Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины.	2
Сортировка белья перед стиркой	2
Соблюдение последовательности действий при машинной стирке	2
<b>Приготовление пищи</b>	
Подготовка к приготовлению блюда	5
Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда	5
Обработка продуктов. Мытье продуктов	3
Очистка вареных овощей. Перемешивание продуктов	4
Нарезание продуктов кубиками, кольцами, полукольцами.	2
Натирание продуктов на терке	2
Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.	2
Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет	4
Соблюдение последовательности действий при жарке продукта	3
Меню в разное время года	4
Холодильник. Где и как хранятся продукты	5

Мытье столовой посуды, сполоскивание	3
<b>Покупки</b>	
Покупки. Планирование покупок.	4
Виды магазинов. Выбор места совершения покупок.	4
Ориентация в расположении отделов магазина	6
<b>Уборка помещений</b>	
Уборка мебели. Вытираение поверхности мебели	5
Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место	5
Соблюдение последовательности действий при мытье пола	4
Уборка класса. Практическая работа	2
Различение основных частей пылесоса	2
Подготовка пылесоса к работе	2
Чистка поверхности ковра пылесосом	4
Мытье рабочих столов и подоконников	2
Мытье стекла (зеркала)	3
Уборка территории. Уборка бытового мусора. Сгребание мусора. Уход за уборочным инвентарем.	5
<b>Итого</b>	<b>170</b>

### Тематическое планирование 11 класс

Тема урока	Часы
<b>Покупки</b>	
Универсам	2
Правила поведения в универсаме	2
Оборудование в магазине	2
Персонал магазина	2
Профессия «Продавец»	2
Профессия «Грузчик»	2
Профессия «Кассир»	2
Профессия «Уборщица»	2
Профессия «Охранник»	2
Планирование покупок	2
Пластиковая карта	1
Оплата продуктов пластиковой картой	2
Алгоритм действий при расчете на кассе	2
Взвешивание товара в магазине	2
Складывание покупок	1
Раскладывание продуктов в места хранения.	2
<b>Обращение с кухонным инвентарем</b>	
Бытовые приборы	2

Узнавание бытовых приборов	2
Кухонный комбайн	3
Инструкция по использованию	3
Техника безопасности	2
Особенности работы	2
Уход за кухонным комбайном	3
Подготовка кухонного комбайна к работе	3
Мытье моющим средством	2
Сушка кухонного комбайна	2
Раскручивание деталей	2
Правила гигиены	1
Практические работы	3

<b>Приготовление пищи</b>	
Макаронные изделия	2
Блюда из макарон	2
Технология приготовления	2
Правила гигиены	1
Техника безопасности	1
Выбор продуктов	1

Выбор инвентаря	1
Подготовка к приготовлению блюда	1
Включение и выключение плиты	2

Приготовление отварных макарон	8
Использование дуршлага	2
Выкладывание макарон в кастрюлю	2
Добавление масла	2
Макароны с маслом	3

#### **Уход за вещами**

Стиральная машина – автомат	1
Составные части стиральной машины	3
Ручная и машинная стирка	2
Подготовка стиральной машины к работе	2
Установка программы и температурного режима	2
Определение необходимости стирки	2
Сортировка белья (белое и цветное)	3
Сортировка постельного и кухонного белья	3

Сортировка шерстяных и хлопчатобумажных вещей	3
Техника безопасности	2
Закладывание и вынимание белья из машины	2
Мытье и сушка машины	1
Машинная стирка	1
Машинная стирка полотенец для лица	3

#### **Уборка помещения**

Удаление пыли	2
Мытье пола	3
Чистка мягкой мебели пылесосом	3
Уход за стеклами	2
Средства по уходу за стеклами	2
Техника безопасности	2
Алгоритм работы по мытью стекол	2
Наполнение емкости для мытья	2
Добавление моющего средства	2
Мытьё и вытирание рамы	3
Мытьё и вытирание стекол	3
Выливание использованной воды	1
Практические работы	3

#### **Уборка территории**

Уборочный инвентарь	2
Техника безопасности	2
Уход за уборочным инвентарём	2
Правила хранения инвентаря	1
Одежда для уборки территории	1
Уборка бытового мусора	2
Сгребание травы и листьев	2
Складывание мусора в мешки	1
Вынос мешков в контейнеры	1

Подметание территории	3
Уборка снега	3

## 12 класс

Тема	Часы
<b>Покупки</b>	
Вводный инструктаж по охране труда	2
Покупки. Планирование покупок	1
Составление списка продуктов	1
Расчет денег при планировании покупок.	2
Выбор места совершения покупок.	1
Ориентация в расположении отделов магазина, кассы.	1
Отделы магазина, кассы	1
Нахождение нужного товара в магазине	1
«Поход в магазин». Сюжетно-ролевая игра	1
Кухонный инвентарь. Посуда	1
<b>Приготовление пиши</b>	
Предметы посуды для сервировки стола	1
Кухонная посуда	1
Предметы посуды для сервировки стола.	1
Кухонная посуда. Практическая работа.	5
Хранение посуды	1
Этапы мытья посуды	1
Практическая работа	2
Правила гигиены при приготовлении пищи.	2
Оформление кухни	1
Продукты, необходимые для приготовления блюда.	2
Инвентарь и оборудование для приготовления блюда.	1
Обработка продуктов	1
Практическая работа	3
Выбор яиц. Варка яиц	4
Яичница, омлет	2
История бутерброда	1
Бутерброды и их виды.	1
Приготовление бутербродов.	1
Кухонный инвентарь для приготовления бутербродов	1
Рецепты бутербродов	1
Техника безопасности при работе с ножом	1
Приготовление открытых бутербродов	1
Приготовление закрытых бутербродов	1
Сервировка стола к завтраку	1
Заваривание чая	1
Сервировка стола к обеду	1

Выбор посуды и столовых приборов	1
Сервировка стола к ужину	1
<b>Уход за одеждой и обувью</b>	
Бережное отношение к одежде	1
Уход за одеждой	1
Ручная стирка	1

Правила техники безопасности при стирке	2
<b>Покупки</b>	
Рынки. Виды рынков	1
Значение рынка в жизни человека	1
Различие рынка и магазина	1
Магазины. Виды магазинов	1
Профессии работников магазина: кассир	1
Профессии работников магазина: продавец.	1
Правила поведения в магазине	1
<b>Приготовление пищи</b>	
Значение фруктов в питании человека	3
Варенье	1
Джем и повидло	1
Кисель и компот	1
Значение овощей в питании человека	1
Консервирование овощей	1
Подготовка овощей для приготовления блюд	1
Овощные блюда	1
Салаты	1

Винегрет	1
История хлеба	1
Профессия пекаря	1
Повторение пройденного	1
Дрожжевое тесто и ассортимент изделий из дрожжевого теста	1
Изделия из песочного теста	1
Слоеное тесто и ассортимент изделий из слоеного теста	1
Бисквитное тесто и ассортимент изделий из бисквитного теста	1
Профессия кондитер	1
Хлебобулочные изделия	1
История молока	1
Молочные продукты	1
История творога	1
Блюда из творога	1
Секреты сметаны	1
Сливочное масло	1
Растительное масло	1
История мороженого	1

Виды мороженого	1
Откуда появилась каша	1

Виды круп и их хранение	1
Польза каши	1
Как приготовить кашу	1
Гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня)	1
Ежедневные гигиенические процедуры	1
Режим смены белья, носков, чулок	1
Хранения вещей индивидуального пользования	1
Питание и здоровье членов семьи. Режим питания	1
Мясо	1
Молоко и яйца	1
Овощи, грибы, плоды, ягоды правила хранения	1
Мука	1
Меню	1
Полуфабрикаты	1
Первичная обработка	1
Газовая плита	1
Электроплита	1
Холодильник, морозильник	1
Бытовые электроприборы	4

Значение овощей, фруктов, ягод	2
Правила хранения овощей, фруктов, ягод	2
Овощные и фруктовые салаты	2

#### **Личная гигиена**

Понятие о здоровом образе жизни	2
Здоровье, спорт, интересный досуг- красота жизни	2
Гигиенические средства по уходу за кожей, волосами.	1
Гигиенические правила для девушек, юношей	1
Косметические средства для молодых людей	1
Повторение	2

#### **Культура поведения**

Нравственное здоровье. Культура речи	1
Нравственное здоровье (этика отношений между сверстниками)	1
Поведение в общественных местах	1
Правила обращения к незнакомому человеку. Правила знакомства.	1
Правила выхода конфликтной ситуации в семье, с друзьями.	1

Правила поведения в гостях	1
Досуг как укрепление и развитие здоровья.	1
Виды досуга	1
Досуг как развитие постоянного интереса к какому-то виду деятельности	1
Традиции в семье.	3
Отдых как часть режима дня, недели	1

Бездействие и отдых	1
Развлечения, виды развлечений	1
Планирование отдыха на лето	1
Отпуск, расчет дней для отдыха	1
Бюджет отдыха	4
Для чего нужна вода	2
Чистая и грязная вода	2
Роль воды для человека	2
Роль воды для растений	2
Весенние работы в саду	2
Домашний умелец	1
Полезные советы огороднику	1
Выращиваем цветы	2
Виды комнатных растений	4

#### **Приготовление пищи**

Виды круп и их назначение.	1
Польза каши	1
Как приготовить кашу	1
Практические работы	4
Питание и здоровье членов семьи	1
Мясо и блюда из мяса	1
Молоко и яйца в приготовлении блюд	1

Овощи, грибы, правила хранения	3
Меню в школе	2
Полуфабрикаты: польза и вред	3
Практические работы	6
Уборка кухни	5
Повторение пройденного материала.	4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459965

Владелец Бочкарёва Елена Евarestовна

Действителен с 26.02.2025 по 26.02.2026