Государственное бюджетное учреждение Архангельской области
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей
«Сольвычегодский центр содействия семейному устройству»

РАССМОТРЕНО
на методическом объединении
педагогов дополнительного образования
ГБУ АО «Сольвычегодский центр содействия
семейному устройству»
протокол № __ от «___» _____ 20__г.

УТВЕРЖДАЮ
и.о директора ГБУ АО
«Сольвычегодский центр содействия
семейному устройству»
_____ /_____
«__» _____ 20__г.

Дополнительная общеразвивающая программа «Домоводство»

Автор-составитель: инструктор по труду
Строганова Светлана Витальевна,
Возраст обучающихся: 7-16 лет,
Срок реализации программы: 1 год.

Сольвычегодск
2024г.

Содержание

Пояснительная записка …… 3
Учебно-тематический план ……. 6
Содержание программного материала для воспитанников 1, 2, 3 классов ……...
Содержание программного материала для воспитанников 4, 5, 6 классов ……...
Содержание программного материала для воспитанников 7,8 классов ……..
Содержание программного материала для воспитанников 9 классов ……..
Учебно-методический комплекс (учебно-методическое обеспечение) …….
Список литературы ……..
Приложения …….

Пояснительная записка

Одним из основных вопросов социальной защиты детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является проблема подготовки воспитанников к самостоятельной жизни. Анализ проблемы сиротства приводит к пониманию успешной социализации и социальной адаптации, предполагающей сформированность у детей-сирот социально-бытовых навыков, необходимых для жизнедеятельности в социуме, полноценное формирование которых затруднено в условиях государственного попечения. Сапожникова Т.И., Логинова Л.Е. отмечают, что замещение семьи учреждением для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, приводит к деформации процесса формирования социально-бытовых навыков. Для детей в той или иной степени характерны черты: иждивенчество, непонимание материальной стороны жизни; инфантилизм; нежелание и неумение трудиться, создать уют в доме и обеспечить себя и окружающих необходимым для жизни. Поэтому считаем актуальным создание специальных условий, способствующих успешному формированию необходимых навыков и умений для успешной социализации в общество, в данном случае, специально организованной педагогической работы, обеспечивающей овладение ребёнком необходимыми навыками для самостоятельной жизни, нравственно-эстетического и трудового развития по дополнительной общеразвивающей программе «Домоводство».

Дополнительная общеразвивающая программа «Домоводство» **разработана для детей школьного возраста от 7 до 16 лет** Для занятий принимаются дети вне зависимости от их способностей, уровня физического развития, не имеющих медицинских противопоказаний. Обучение организуется на добровольных началах всех сторон (дети, воспитатели, инструктор по труду).

Цель программы: формирование у воспитанников детского дома жизненно-необходимых социально-бытовых умений и навыков для подготовки к самостоятельной жизни, успешной социализации к условиям жизни в обществе.

Задачи:

1. Прививать трудовые навыки, навыки самообслуживания;
2. Учить готовить и печь;
3. Обучать швейному делу;
4. Развивать навыки культурного общения (коммуникативные навыки, знакомство с особенностями этикета), эстетический художественный вкус, творческие способности, восприятие, внимание, память, мышление, фантазию.

Принципы построения программы:

1. Принцип развивающего обучения;
2. Принцип реализации деятельностного подхода;
3. Принцип доступности, непрерывной последовательности, систематичности;
4. Принцип индивидуализации, личностно-ориентированного подхода;
5. Принцип наглядности, разнообразия методов обучения;
6. Принцип прочности усвоения знаний, умений и навыков в сочетании с опытом творческой деятельности.

Программный материал распределён с учётом возрастных особенностей воспитанников и представляет собой систематизированный материал по **разделам «Кулинария» и «Домоводство».**

Раздел I. Кулинария.

Подразделы:

1. Гигиена приготовления пищи (хранение и обработка продуктов), сервировка стола и правила поведения за столом;
2. Приготовление холодных, горячих блюд (салаты, бутерброды, супы, каши, гарниры, мясные изделия (котлеты, отбивные), рыбные изделия);
3. Приготовление десертов (смузи, оладьи, блины, кексы, пироги, пирожные, торты);

Раздел II. Домоводство.

Подразделы:

1. Ремонт одежды вручную (пришивание пуговиц, декоративные заплатки);
2. Технология работы на швейной машине, пошив индивидуальных изделий;
3. Вязание крючком и спицами;
4. Работа из бросового материала (изготовление подарков своими руками к праздникам, выставкам, конкурсам);
5. Работа на приусадебном участке (посадка и уход за растениями).

Сроки реализации программы: 1 учебный год.

Формы организации дополнительного образования по программе: занятия проводятся в групповой и подгрупповой форме. Для успешного освоения программы количество детей в группе – не более 4 человек. Деятельность детей организуется по-разному: либо предусматривается разделение группы воспитанников на подгруппы для выполнения определенных одинаковых или разных заданий, либо, посредством углубленной индивидуализации обучения, каждому ребёнку даётся самостоятельное задание и предполагается индивидуально-дифференцированный подход.

Каждое занятие, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретические сведения–это объяснение нового материала, информация познавательного характера, общие сведения об используемых материалах. Практическая работа включает изготовление, оформление, в зависимости от раздела работы. В процессе обучения детей возможны изменения программного материала и увеличение времени на прохождение материала по разделу.

Режим занятий: дополнительное образование по программе осуществляется в течение всего учебного года, во второй половине дня вне основного учебного времени и между режимными моментами, в каникулярное время – в зависимости от изменений режимных моментов в распорядке дня.

Дети разделены на 6 групп: I группа – дети 4,5 класс блока 1,2, II группа – дети 1 класса блока 2.2; III группа – дети 5, 7 класса блока 2.2; IV группа – дети 6,9,10 класса блока 1.2, 2.2; Vгруппа – дети 8, 9 класса блока 2.2; VI группа – дети 1, 3 класса блока 1.2. Продолжительность групповой работы с детьми школьного возраста: I группа – 2 раза в неделю (занятие по разделу «Кулинария» - 2 часа, занятие по разделу «Домоводство» 1час), II группа – 2 раза в неделю(занятие по разделу «Кулинария» - 2 часа, занятие по разделу «Домоводство» 1час), III группа– 2 раза в неделю (занятие по разделу «Кулинария» - 2 часа, занятие по разделу «Домоводство» 1 час), IV группа – 2 раза в неделю по 2 часа, V группа – 1 раз в неделю по 2 часа, VI группа –2 раза в неделю (занятие по разделу «Кулинария» - 2 часа, занятие по разделу «Домоводство» 1 час).

Обязательное требование при проведении занятий - обязательная смена видов деятельности и проведение расслабляющих минуток.

Формы и методы обучения подбираются в соответствии с психологическими, возрастными и индивидуальными особенностями детей:

- беседа (объяснительно-иллюстрированный метод обучения позволяет стимулировать детей к постоянному пополнению знаний);
- практический метод (вовлечение воспитанников в практическую деятельность с целью приобретения различных навыков);
- записи рецептов;
- творческие задания;
- выставки, конкурсы, ярмарки и праздники, экскурсии;
- индивидуальная работа;
- самостоятельная работа;
- проверка знаний.

Ожидаемые результаты.

В результате обучения воспитанники должны знать:

- какова пищевая ценность продуктов;
- способы приготовления и оформления блюд;
- составление разнообразного меню;
- правила подачи блюд;
- правила поведения за столом;
- правила техники безопасности при кулинарных работах;
- санитарно-гигиенические требования;
- секреты русской кухни;
- правила техники безопасности при работе с иглой и ножницами;
- правила техники безопасности при работе на электрической швейной машинке;
- правила техники безопасности при работе с электрическим утюгом;
- правила техники безопасности при работе с вязальными спицами;
- основные сельскохозяйственные работы на приусадебном участке.

Воспитанники приобретут умения:

- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюд;
- приёмы тепловой кулинарной обработки;
- готовить и украшать блюда;
- готовить обед (закуски, первые и вторые блюда из овощей, рыбных и мясных продуктов);
- готовить изделия из теста;
- сервировать стол;
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
- соблюдать правила техники безопасности;
- правильно вести себя за столом;
- готовить русские национальные блюда;
- уметь заправлять машинку, знать простые швы, выполнять несложную работу;
- гладить одежду;
- освоить приёмы вязания;
- ухаживать за растениями.

Учебно-тематическое планирование

№	Раздел / Подраздел	Тема занятия	№ группы	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности		1-6	6
	Итого:			7
	Раздел I. Кулинария			
1	Гигиена приготовления пищи, сервировка стола и правила поведения за столом	Кухня. Оборудование кухни	1-6	6
2		Гигиена приготовления пищи. Общие сведения о гигиене. Хранение и обработка продуктов.	1-6	6
3		Понятие о рациональном питании. Составление меню учащимися с учётом времени года и сбалансированного питания	1-6	6
4		Сервировка стола	1-6	6
5		Правила поведения за столом	1-6	6
	Итого:			35
1	Приготовление холодных, горячих блюд	Салаты из овощей и фруктов. Виды салатов	1-6	49
2		Блюда из картофеля	1-6	28
3		Блюда из птицы	1-5	20
4		Приготовление супа из свежих овощей	4,5	16
5		Блюда мучные и крупяные	1-6	16
6		Рыбные блюда	4,5	12
7		Каши	1-6	24
8		Мясные блюда	1-6	16
9		Бутерброды, закуски	1-6	28
	Итого:			209
1	Приготовление десертов	Блюда из яиц	1-6	28
2		Блюда из творога	1-6	49
3		Молочные блюда	1-6	42
4		Изделия из теста	1-6	80
5		Сладкие блюда и напитки	1-6	70
	Итого:			269
	Раздел II. Домоводство			
1	Ремонт одежды вручную	Ремонт одежды. Пришивание пуговиц	1,2,3,4,6	24
2		Обновление одежды с помощью мелких деталей. Декоративные заплатки	1,2,3,4,6	16
	Итого:			40
1	Технология работы на швейной машине,	Определение размеров своей одежды и обуви. Уход за ними	1,2,3,4,6	16

2	пошив индивидуальных изделий	Пошив полотенец, носовых платков, прихваток, индивидуальных изделий.	1,3,4	42
3		Утюжка одежды. Режим глажения	1,3,4	14
	Итого:			72
1	Вязание крючком и спицами	Вязание крючком и спицами	1,2,3,4,6	70
2		Технология работы с нитками и верёвками	1,2,3,4,6	16
	Итого:			86
1	Работа из бросового материала	Изготовление подарков своими руками к праздникам, выставкам, конкурсам.	1,2,3,4,6	49
	Итого:			49
2	Работа на приусадебном участке	Выращивание рассады. Работа на участке. Сбор трав для приготовления фиточая	1-6	62
	Итого:			62
1	Итоговое занятие. Демонстрация умений		1-6	7
	Итого:			7
	Всего:			**836**

Методическое оснащение

Кабинет домоводства оснащен всем необходимым оборудованием для осуществления занятий по приготовлению пищи и пошиву различных изделий.

Для осуществления работы по разделу «Кулинария» необходимы:

- кухонный гарнитур, холодильник, духовой шкаф, электроплита, столовые приборы, столы, стулья, разделочные доски, скалки, мультиварка, миксер, блендер, мясорубка, столовые приборы, столовая и чайная посуда.

Для приготовления блюд по данному разделу за 2 недели пишется заявка на приобретение продуктов. Свежесть продуктов проверяется диетсестрой и выдаётся педагогу.

Для осуществления работы по разделу «Домоводство» необходимы:

- рабочие столы, швейные машины, гладильная доска, утюг, манекен, фурнитура (нитки, иголки, пуговицы, булавки, кружева, тесьма), клеевые пистолеты.

При работе по швейному делу используются списанные материалы (ткани одежды, отделка материалов), а также заказывается ткань для изготовления больших изделий.

Для работы на приусадебном участке необходимы:

- вёдра, лопаты, грабли, мётлы, носилки, тяпки для рыхления почвы, лейки, шланг с душевой лейкой для полива растений.

Данная программа носит практическую направленность и может быть полезна воспитателям, учителям по трудовому обучению, родителям (законным представителям).

Список литературы

1. Лабзина А., Васильченко Е. Обслуживающий труд. – М.:Просвещение, 1998г.
2. Снегирёва А. Энциклопедия для девочек. – М.:Издательство АСТ, 2000г.
3. Алькаев Э.Н. Кулинария для всех. – Нижний Новгород «Фидес», 2002г.
4. Ермакова В.М. Основы кулинарии. – М.:Просвещение, 2003г.
5. Михайлов В.С. Семейная кулинария. – М.: Советский спорт, 1989г.
6. Орлова Л. Семья, дом, квартира. – М.:Знание, 1991г.