

---

Краевое государственное казенное учреждение  
«Центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся  
без попечения родителей, пгт Новошахтинский»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
КГКУ «Центр содействия семейному  
Устройству пгт. Новошахтинский»  
\_\_\_\_\_ И.В. Ахременко

## «Мой дом»

Программа по подготовке воспитанников центра содействия  
семейному устройству к самостоятельной жизни.

Срок реализации 1 год.  
Возраст детей от 7 до 16 лет.

Инструктор по труду  
Пальчик О. Н.

пгт. Новошахтинский

2019г.

**Пояснительная записка**

Программа «Мой дом» предназначена для проведения занятий в системе дополнительного образования и является модификацией программы «Шаг за шагом», автор-составитель Беспалова Наталья Николаевна. Составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. №10008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации;
4. Федеральным законом от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях ребенка в РФ»;
5. Нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность КГКУ «Центр содействия семейному устройству пгт. Новошахтинский».

Подготовка к самостоятельной жизни детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является серьезной и очень сложной проблемой. Практические и научные исследования свидетельствуют о том, что многие выпускники детских домов недостаточно подготовлены к самостоятельной жизни. Потребительское отношение, формирующиеся у них при жизни на полном государственном обеспечении, ведет к негативным последствиям. При выпуске некоторые из них не в состоянии перейти на самостоятельное жизнеобеспечение.

В настоящее время во многих учреждениях разрабатываются и реализуются различные программы подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни. Такие программы включают довольно разнообразное содержание. Но возникают противоречия. Все образовательные учреждения нацелены на подготовку воспитанников детских домов к самостоятельной жизни, но отсутствуют государственные стандарты, определяющие минимальный объем знаний и умений, необходимых воспитанникам детских домов для успешной социальной адаптации.

В связи с этим для дальнейшего воспитания и обучения детей возникла необходимость создания программы подготовки воспитанников к самостоятельной жизни.

Целью данной программы является обучение навыкам ведения домашнего хозяйства, умению самостоятельно обслуживать себя, умению навести порядок и создать уют в доме, навыкам экономического поведения и т.п.

Данная программа строится в соответствии с основными дидактическими принципами (связь с жизнью, систематичность в обучении, наглядность).

Программа предназначена для работы с детьми в возрасте от 7 до 16 лет.

Продолжительность занятия 2 часа.

Частота проведения 4 раза в неделю (8 часов в неделю).

Срок реализации 1 год.

В программу подготовки воспитанников центра к будущей самостоятельной жизни включены следующие разделы:

- сельскохозяйственный труд (по сезонам);
- домоводство.

#### **Основные методы и приемы.**

- рассказ, объяснение, консультация;
- использование художественной литературы;
- наглядный пример;
- закрепление упражнения;
- проблемная ситуация;
- анкетирование;
- индивидуальный подход.

#### **Форма проведения занятий.**

- беседа;
- занятие;
- практикум;
- тест;
- конкурс.

#### **Формы работы:**

- групповые;
- индивидуальные.

#### **Цель программы:**

Осуществить подготовку воспитанников к самостоятельной жизни.

#### **Задачи:**

- сформировать у воспитанников хозяйственно-бытовые, сельскохозяйственные умения и навыки, необходимых для самостоятельной жизни;
- воспитать культуру организации труда, сознательную дисциплину, ответственное отношение к делу;
- раскрыть значение практических умений и навыков в современной жизни.

#### **Ожидаемый результат:**

- высокий уровень хозяйственно-бытовых, сельскохозяйственных умений и навыков, необходимых для самостоятельной жизни;
- понимание ценности труда в современном мире;
- формирование у воспитанников центра умений и навыков, которые помогут реализоваться в различных сферах деятельности.
- 

Учебный план

№	Темы занятий и мероприятий	Всего	Теория	Практ
	<b>Сельскохозяйственный труд</b> (осенний период).			
	Введение.			
1.	Огород.	4	4	-
2.	Цветник.	38	20	17
3.	Живая изгородь.	29	14	15
4.	Придомовая территория.	13	9	4
5.	Садоводство.	13	12	1
6.	<b>Домоводство.</b>	9	8	1
	Ткани.			
7.	Одежда.	4	3	1
8.	Уход за одеждой.	3	2	1
9.	Ручные швы.	9	7	2
10.	Ручной ремонт одежды.	18	7	11
11.	Швейная машина.	31	12	19
12.	Обувь.	23	10	13
13.	Народные традиции.	3	2	1
14.	<b>Кулинария.</b>	7	7	-
	Физиология питания.			
15.	Пища.	5	5	-
16.	Кухня.	8	7	1
17.	Овощи.	3	3	-
18.	Горячие напитки.	16	14	2
19.	Бутерброды.	7	6	1
20.	Яйца.	4	3	1
21.	Молоко и молочные продукты.	5	4	1
22.	Крупы.	7	6	1
23.	Мука.	8	7	1
24.	Тесто.	4	4	-
25.	Мясо.	24	22	2
26.	Полуфабрикаты из мяса.	12	11	1
27.	Рыба.	3	3	-
28.	Фрукты и ягоды.	5	4	1
29.	Сладкие блюда и десерт.	7	6	1
30.	Сервировка стола.	6	5	1
31.	<b>Сельскохозяйственный труд</b> (весенний период).	7	5	2
	Огород.			
32.	Придомовая территория	10	5	5
33.	Садоводство.	3	2	1
34.	Огород.	2	1	1
35.	Цветник.	5	1	4
36.	<b>Домоводство</b> (продолжение).	4	1	3
	Бытовые приборы.			

37.	Приборы учета.	4	3	1
38.	Интерьер.	5	4	1
39.	<b>Сельскохозяйственный труд</b> (продолжение).	13	9	4
	Огород.			
40.	Цветник.	4	-	4
41.	Придомовая территория.	2	-	2
42.	Огород.	4	1	3
43.	Цветник.	4	-	4
44.	Комнатные растения.	3	-	3
45.	Огород.	6	3	3
46.	Цветник.	4	-	4
47.	<b>Домоводство</b> (продолжение).	2	-	2
	Правила ухода за собой.			
48.	<b>Сельскохозяйственный труд</b> (продолжение).	10	7	3
	Огород.			
49.	Цветник.	5	-	5
50.	Придомовая территория.	5	-	5
51.		2	-	2
Итого:		432	272	160

#### Учебно-тематический план

### **Раздел. Сельскохозяйственный труд (осенний период).**

#### **Введение.**

#### **Темы:**

Сельскохозяйственный труд и его значение.

Профессии, связанные с растениеводством и цветоводством.

Ознакомление с планом работы на год.

Инструктаж по технике безопасности.

Воспитанники должны **знать:**

- профессии, связанные с растениеводством, цветоводством;
- правила техники безопасности при работе с инвентарем.

Воспитанники должны **уметь:**

- пользоваться сельскохозяйственным инвентарем.

#### **Огород.**

#### **Темы:**

#### **Овощи и их виды.**

Клубнеплоды (картофель, топинамбур);

Корнеплоды (морковь, свекла, редис, репа, редька);

Луковичные овощи (лук);

Салатно-шпинатные (щавель, шпинат, салат);

Капустные овощи (капуста);

Пряные овощи (укроп, петрушка, сельдерей, базилик, мелисса);  
Десертные (ревень, спаржа, артишок);  
Плодовые овощи (томаты, баклажаны, перцы);  
Тыквенные (огурцы, кабачки, патиссоны, тыквы, арбузы, дыни);  
Бобовые (горох, фасоль, бобы);  
Зерновые (кукуруза).  
Лежкоспособность овощей.  
По продолжительности жизни (однолетние, двухлетние, многолетние).

**Практическая работа:** определение семян по образцам.

Виды работ на участке.

Практическая работа: полив.

**Практическая работа:** рыхление.

Меры борьбы с сорняками.

**Практическая работа:** прополка огорода.

Виды осенних работ на участке.

Подготовка почвы к вскапыванию.

**Практическая работа:** уборка ботвы.

Правила вскапывания почвы лопатой.

**Практическая работа:** вскапывание огорода.

Хранение овощей в осеннее - зимний период.

Сооружение для хранения овощей. Виды помещений.

Воспитанники должны **знать:**

- основные разновидности овощных культур;
- виды осенних работ на участке;
- правила полива, рыхления и вскапывания;
- меры борьбы с сорняками.

Воспитанники должны **уметь:**

- поливать, рыхлить и вскапывать почву;
- замораживать и хранить овощи в осеннее- зимний период.

Цветник (клумба).

**Темы:**

Цветоводство- отрасль растениеводства.

Характеристика однолетних, двухлетних и многолетних декоративно-цветущих культур.

Способы размножения.

Цветники. Виды цветников.

Приемы осеннего ухода за цветущими однолетними растениями.

Приемы осеннего ухода за цветущими многолетними растениями.

Подкормка цветника.

Меры борьбы с сорняками.

**Практическая работа:** удаление сорняков в цветнике.

Признаки созревания семян. Правила сбора семян.

**Практическая работа:** сбор семян.

Значение, способы и приемы обмолота и очистки семян от посторонних примесей.

Правила сортировки семян. Раскладка семян в мешочки.

**Практическая работа:** очистка семян от примесей и раскладка в мешочки.

Подготовка цветника к зиме.

Подготовка роз к зимовке (окучивание и укрытие).

**Практическая работа:** удаление цветочной ботвы.

Вскапывание почвы.

**Практическая работа:** вскапывание почвы цветника.

Воспитанники должны **знать:**

-виды цветников;

-правила ухода за цветущими растениями.

Воспитанники должны **уметь:**

-удалять сорняки в цветнике, вскапывать цветник;

-собирать и очищать семена от примесей.

Живая изгородь.

**Темы:**

Кустарники для декоративного озеленения.

Основные признаки кустарника.

Кустарники, используемые в одиночных и групповых посадках.

Виды кустарников, используемые в качестве живой изгороди.

Размножение кустарников.

Правила ухода и стрижки.

**Практическая работа:** стрижка живой изгороди.

Значение древесных насаждений для улучшения экологической обстановки.

Осенний уход за кустарниками.

Окучивание кустарников.

**Практическая работа:** окучивание кустарников.

Правила осенней посадки кустарников.

Воспитанники должны **знать:**

-виды кустарников;

-правила ухода и стрижки кустов;

-способы размножения кустарников.

Воспитанники должны **уметь:**

-ухаживать за кустами.

Придомовая территория.

**Темы:**

Виды придомовой территории.

Газон и его назначение.

Выбор места для газона. Разбивка.

Уход за газоном в разное время года.

Виды ковровых растений.

Двор твердого покрытия (асфальт, плитка, бетон).

Правила ухода за двором в разное время года.

**Практическая работа:** уборка двора от мусора.

Мелкий ремонт двора.

Как сделать свой двор красивее?

**Практическая работа:** создание проекта «Мой двор» на макете.

Воспитанники должны **знать:**

- виды придомовой территории;
- правила ухода за двором.

Воспитанники должны **уметь:**

- различать виды придомовой территории;
- выполнять мелкий ремонт.

### Садоводство.

#### Темы:

Косточковые плодовые деревья (абрикос).

Семечковые сорта (яблоня).

Светлюбивые садовые деревья (груша, абрикос, персик, черешня, слива, айва).

Теневыносливые культуры (яблоня, калина, кизил, малина, крыжовник, смородина).

Осенние работы в саду.

Садовый инвентарь. Правила техники безопасности.

Совместимость растений.

Планировка плодового сада.

**Практическая работа:** планировка плодового сада.

Осенняя посадка и пересадка плодовых деревьев.

Послепосадочный уход за деревьями.

Подготовка сада к зиме.

Воспитанники должны **знать:**

- виды плодовых культур;
- правила техники безопасности при работе с садовым инвентарем;
- правила посадки плодовых деревьев и послепосадочного ухода.

Воспитанники должны **уметь:**

- пользоваться садовым инвентарем;
- выполнять осенние работы в саду;
- подготавливать сад к зиме.

### Раздел. Домоводство.

#### Ткани.

#### Темы:

Ткани, их свойства.

Определение вида ткани.

Сочетание тканей и цветов.

**Практическая работа:** определить вид ткани.

Воспитанники должны **знать:**

- виды тканей и их свойства.

Воспитанники должны **уметь:**

- определять вид ткани.
- сочетать ткани по цвету.

#### Одежда.

#### Темы:



Назначение и виды одежды.

Размеры одежды.

**Практическая работа:** определение размера одежды.

Воспитанники должны **знать:**

-виды одежды и их назначение.

Воспитанники должны **уметь:**

-определять размер одежды;

-подбирать одежду.

Уход за одеждой

**Темы:**

Правила носки и хранения одежды.

Средства борьбы с вредными насекомыми.

Условные обозначения на одежде.

**Практическая работа:** чтение ярлыков.

Стирка одежды. Сортировка белья перед стиркой. Режимы стирки. **Практическая работа:** сортировка белья перед стиркой.

**Тест:** режимы стирки.

Выведение пятен.

Химические средства, применяемые при выведении пятен и стирки белья.

Правила безопасности при работе с химическими средствами.

Глажка одежды. Режимы глажки.

**Тест:** режимы глажки.

Воспитанники должны **знать:**

-правила носки и хранения одежды;

-правила стирки и глажки одежды;

-правила техники безопасности при работе с химическими средствами.

Воспитанники должны **уметь:**

-правильно носить, хранить одежду;

-правильно сортировать, стирать, полоскать, отжимать одежду из разных тканей;

-пользоваться средствами бытовой химией;

-правильно гладить одежду.

Ручные швы.

**Темы:**

Инструменты для шитья. Техника безопасности.

Шов «вперед иголка».

Шов «назад иголка».

Шов «через край».

Шов «петельный».

**Практическая работа:** Изготовление носовых платков.

Воспитанники должны **знать:**

-технику выполнения простых ручных швов.

Воспитанники должны **уметь:**

-шить простыми швами.

Ручной ремонт одежды.

### **Темы:**

Ремонт по распоровшемуся шву.

Ремонт в месте разрыва ткани:

Виды заплат;

Штопка.

**Практическая работа:** выполнение ремонта одежды (разрыв ткани).

Изготовление вешалки.

Виды пуговиц. Пришивание пуговиц.

Пришивание петель, крючков.

Замена молний.

**Практическая работа:** выполнение ремонта одежды (пришивание пуговиц, петлей, вешалок).

Воспитанники должны **знать:**

- технику выполнения ремонтных работ на одежде;
- технику выполнения петель, пришивания пуговиц, замены молний.

Воспитанники должны **уметь:**

- выполнять мелкий ремонт одежды;
- пришивать пуговицы, петли, крючки;
- менять молнии.

### **Швейная машина**

#### **Темы:**

Разновидности швейных машин.

Правила техники безопасности при работе на швейной машине.

Устройство швейной машины с ручным приводом.

Устройство швейной машины с ножным приводом.

Заправка ниток, наматывание шпульки.

Швы.

**Тест:** виды швов и их назначение.

**Практическая работа:** выполнение швов.

**Практическая работа:** Пошив мешочков для семян.

Ремонт одежды на швейной машине. Штопка и выполнение заплаток.

Кухонный фартук без нагрудника.

Снятие мерок, раскрой, соединение деталей и оформление работы.

**Практическая работа:** Пошив кухонного фартука.

Воспитанники должны **знать:**

- разновидности швейных машин и их устройства;
- правила техники безопасности при работе на швейной машине;
- правила заправки ниток, наматывания шпульки.
- технику выполнения ремонта одежды на машине.

Воспитанники должны **уметь:**

- заправлять нитку, наматывать шпульку;
- шить на машине;
- выполнять машинные швы;
- выполнять ремонт одежды на машине;
- снимать мерки, выполнять раскрой ткани.

## Обувь

### Темы:

Как правильно выбрать обувь?

Уход за обувью.

**Практическая работа:** определение размера обуви.

Воспитанники должны знать:

- виды обуви;
- правила ухода за обувью.

Воспитанники должны уметь:

- подбирать обувь по сезону и размеру;
- различать их назначение (повседневная, праздничная, спортивная);
- выполнять уход за обувью.

## **Народные традиции.**

### Темы:

Традиции и блюда русской кухни.

Домашний очаг.

Русское хлебосольство и гостеприимство.

Гости в доме.

Семейные праздники.

Домашний труд в семье.

Распределение обязанностей. Хозяин и хозяйка дома.

Воспитанники должны знать:

- традиции и блюда русской кухни;
- о русском хлебосольстве и гостеприимстве;
- о традиционном распределении обязанностей в семье.

## Кулинария.

### **Физиология питания.**

### Темы:

Значение питания для здоровья человека.

Источники и пути проникновения болезнетворных микробов в организм человека. Понятия о пищевых инфекциях.

Заболевания, передающиеся через пищу.

Профилактика инфекций.

Гигиена приготовления пищи.

Первая помощь при инфекциях.

**Тест:** первая помощь при инфекциях.

Определение срока годности консервов по маркировке на банке.

**Практическая работа:** определение срока годности консервов по маркировке на банке.

Воспитанники должны знать:

- о роли питания для здоровья человека;
- источники и пути проникновения болезнетворных микробов в организм человека; о пищевых инфекциях.
- о мерах по профилактике инфекций.

Воспитанники должны уметь:

-оказывать первую помощь при инфекциях.

## **Пища.**

### **Темы:**

Режим питания.

Классификация блюд.

Виды блюд, распределение их по группам.

Калорийность пищи.

Составление меню.

Расчет количества и стоимости продуктов.

**Практическая работа:** составление меню и подсчет стоимости продуктов.

Воспитанники должны **знать:**

- классификацию блюд;
- виды блюд, распределение их по группам.

Воспитанники должны **уметь:**

- составлять меню;
- рассчитывать количество и стоимость продуктов.

## **Кухня.**

### **Темы:**

Кухня и ее оборудование. Правила ухода за кухонным помещением. Личная гигиена.

Техника безопасности. Предупреждение травматизма.

Кухонная посуда. Уход за посудой.

Воспитанники должны **знать:**

- правила ухода за кухонным помещением;
- правила техники безопасности при работе на кухне.
- гигиенические правила приготовления пищи.

Воспитанники должны **уметь:**

- соблюдать личную гигиену при приготовлении пищи;
- ухаживать за посудой.

## **Овощи.**

### **Темы:**

Содержание витаминов в овощах. Первичная обработка овощей.

Тепловая обработка овощей (варка, тушение, жарение, запекание)

Первые и вторые блюда из овощей:

Борщ.

Овощной суп.

Тушеная свекла.

Овощное рагу с фасолью.

Драники;

Запеченная тыква;

Оладьи из кабачков.

**Практическая работа:** приготовление оладьев из кабачков.

Салаты:

Из зеленого лука с яйцами.

Салат "Весна".

Картофельный салат.

Оливье.

Винегрет.

**Практическая работа:** приготовление винегрета.

Воспитанники должны **знать:**

- виды тепловой обработки овощей;
- технологию приготовления блюд из овощей;

Воспитанники должны **уметь:**

- производить первичную и тепловую обработку овощей;
- готовить первые и вторые блюда из овощей.

**Горячие напитки.**

**Темы:**

Правила заваривания чая.

Чай с молоком.

Чай с лимоном.

Какао.

Кофе.

Кофе с молоком.

**Практическая работа:** приготовление какао.

Воспитанники должны **знать:**

- технологию приготовления горячих напитков.

Воспитанники должны **уметь:**

- готовить чай, какао и кофе.

**Бутерброды.**

**Темы:**

Виды бутербродов:

Закусочные.

Холодные.

Горячие.

**Практическая работа:** приготовление бутерброда.

Воспитанники должны **знать:**

- виды бутербродов.

Воспитанники должны **уметь:**

- готовить закусочные, холодные и горячие бутерброды.

**Яйца.**

**Темы:**

Определение доброкачественности яиц.

Омлет.

Приготовление вареных яиц.

Фаршированные яйца.

**Практическая работа:** фаршированные яйца.

Воспитанники должны **знать:**

- технологию приготовления блюд из яиц.

Воспитанники должны **уметь:**

- определять доброкачественность яиц;

- готовить блюда из яиц.

## **Молоко и молочные продукты.**

### **Темы:**

Кипячение, хранение, проверка качества.

Блюда из молока и молочных продуктов:

Кисель;

Крем;

Коктейль.

**Практическая работа:** приготовление коктейля.

Воспитанники должны **знать:**

- правила кипячения, хранения и проверки качества молока и молочных продуктов;

- технологию приготовления блюд из и молока и молочных продуктов.

Воспитанники должны **уметь:**

- готовить блюда из молока и молочных продуктов.

## **Крупы.**

### **Темы:**

Виды круп.

Блюда из круп.

Каши:

Гречневая;

Рисовая;

Манная;

Пшеничная;

Из хлопьев «Геркулес».

**Практическая работа:** приготовление рисовой каши.

Воспитанники должны **знать:**

- виды круп;

- технологию приготовления блюд из различного вида круп.

Воспитанники должны **уметь:**

- готовить каши из различного вида круп.

## **Мука.**

### **Темы:**

Пшеничная и ржаная мука.

Сырники.

Макаронные изделия.

Суп молочный с вермишелью.

## **Тесто.**

### **Темы:**

Виды теста.

Различные виды разрыхлителей.

Инструменты, приспособления и посуда, используемые для приготовления теста.

Первичная обработка муки.

Дрожжевое тесто.

**Темы:**

Дрожжевое тесто и его приготовление.

Пирожки.

Пироги.

Виды начинок:

Начинка из сухофруктов.

Начинка "яйцо с зеленью".

Тушеная капуста.

Начинка из фасоли и гороха.

Разновидности оформления праздничных пирогов.

**Пресное тесто.**

**Темы:**

Пресное тесто и его приготовление.

Оладьи.

Блины.

Блины с творогом.

Блины с печенью.

**Практическая работа:** приготовление оладьев.

**Бисквитное тесто.**

**Темы:**

Бисквитное тесто и его приготовление.

Бисквит.

**Песочное тесто.**

**Темы:**

Печенье песочное и его приготовление.

Печенье из песочного теста.

**Слоеное тесто.**

**Темы:**

Слоеное тесто и его приготовление.

Круасаны.

**Тесто для пельменей и вареников.**

**Темы:**

Состав теста для пельменей и вареников. Способы приготовления теста.

Инструменты для раскатки теста и для лепки.

Начинка для пельменей и ее приготовление.

**Практическая работа:** приготовление вареников.

Воспитанники должны **знать:**

- различные виды муки, их свойства и назначение;
- технологию приготовления различного вида теста.

Воспитанники должны **уметь:**

- делать различные виды теста;
- готовить блюда из мучных продуктов.

**Мясо.**

**Темы:**

Виды мяса.

Значение и место в питании человека блюд из мяса.

Сроки и способы хранения мяса и мясных продуктов.

Определение качества мяса.

Определение времени варки и жаренья до готовности.

### **Говядина.**

Голубцы.

Гуляш.

Запеканка с мясом.

**Практическая работа:** приготовление запеканки с мясом.

### **Свинина.**

Жаркое.

Тефтели.

### **Баранина.**

Соус.

Котлеты.

Воспитанники должны **знать:**

- виды мяса, правила необходимые при выборе мяса;
- технологии приготовления мясных блюд.

Воспитанники должны **уметь:**

- правильно выбирать мясо;
- готовить блюда из мяса.

### **Полуфабрикаты из мяса.**

#### **Темы:**

Условия и сроки хранения полуфабрикатов.

Тепловая обработка полуфабрикатов.

Приготовление блюд из полуфабрикатов.

**Тест:** определения условий и сроков хранения мясного полуфабриката.

Воспитанники должны **знать:**

- условия и сроки хранения полуфабрикатов;
- правила тепловой обработки полуфабрикатов;
- технологию приготовления блюд из полуфабрикатов.

Воспитанники должны **уметь:**

- выполнять тепловую обработку полуфабрикатов;
- готовить блюда из полуфабрикатов.

### **Рыба.**

#### **Темы:**

Как выбрать рыбу?

Первичная обработка рыбы.

Рыба: свежая, соленая и консервированная.

Блюда из рыбы:

Уха;

Котлеты.

**Практическая работа:** приготовление котлет из рыбы.

Воспитанники должны **знать:**

- виды рыбы, правила необходимые при выборе рыбы;



- правила первичной обработки рыбы;
- технологии приготовления рыбных блюд.

Воспитанники должны уметь:

- правильно выбирать рыбу и ее обрабатывать;
- готовить блюда из рыбы.

### **Фрукты и ягоды.**

#### **Темы:**

Значение фруктов и ягод в питании человека.

Причина порчи ягод и фруктов.

Способы консервирования фруктов и ягод (компоты, варенья, джемы, мармелады, цукаты).

Условия максимального сохранения витаминов в компотах.

Условия и сроки хранения компотов.

Первичная обработка фруктов и ягод.

Блюда из ягод и фруктов:

Кисель.

Компот.

**Практическая работа:** приготовление ягодного киселя.

Воспитанники должны знать:

- роли фруктов и ягод в питании человека;
- причины порчи ягод и фруктов;
- правила первичной обработки фруктов и ягод;
- правила стерилизации и пастеризации ягод и фруктов;
- технологии приготовления блюд из ягод и фруктов.

Воспитанники должны уметь:

- хранить, выполнять первичную обработку ягод и фруктов;
- готовить блюда из ягод и фруктов.

### **Сладкие блюда и десерт.**

#### **Темы:**

Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека.

Роль десерта в праздничном обеде.

Продукты, используемые для приготовления сладких блюд и десерта.

Желе.

Мусс.

Украшение десертных блюд.

Подача десерта к столу.

**Практическая работа:** приготовление желе.

Воспитанники должны знать:

- о значении и роли сахара в питании человека;
- какие продукты используются для приготовления сладких блюд и десерта;
- правила подачи десерта к столу.

Воспитанники должны уметь:

- готовить десерт;
- оформлять десерт перед подачей к столу.

Сервировка стола.

### **Темы:**

Оформление готовых блюд.

Способы подачи готовых блюд к столу.

Ежедневная и праздничная сервировка стола.

Складывание салфеток различным способом.

**Практическая работа:** складывание салфеток различным способом.

Правила поведения за столом и приема гостей.

**Практическая работа:** приготовление пригласительного билета.

Воспитанники должны **знать:**

-способы подачи блюд к столу;

-виды сервировок;

-правила поведения за столом.

Воспитанники должны **уметь:**

-сервировать стол;

-оформлять салфетки различными способами для стола.

### **Раздел. Сельскохозяйственный труд (продолжение).**

#### **Огород.**

#### **Характеристика почв.**

#### **Темы:**

Классификация почв. Составные части почвы.

Плодородие почв. Перегной и гумус.

**Тест:** классификация почв.

#### **Выращивание рассады.**

#### **Темы:**

Выбор овощных культур для рассады.

Сроки посева семян в ящики.

Подготовка ящиков. Подготовка почвы.

**Практическая работа:** подготовка ящиков и почвы для посева.

Посев семян.

**Практическая работа:** Посев семян огурца в ящики.

Уход за всходами.

Пикировка сеянцев.

Вредители и болезни растений и меры борьбы с ними.

**Практическая работа:** уход за посевами.

#### **Календарь посева семян в грунт.**

#### **Темы:**

Зеленые овощи. Корнеплоды. Сроки посева в грунт.

Тыквенные. Бобовые. Сроки посева в грунт.

Капустные. Луковичные. Сроки посева в грунт.

Выбор овощных культур.

**Практическая работа:** создание проекта «Мой огород» на ватмане.

Воспитанники должны **знать:**

- классификацию почв;

-классификацию овощных культур;

-сроки посева овощных семян в грунт;

- меры борьбы с вредителями и болезнями растений.
- Воспитанники должны **уметь**:
- выращивать рассаду овощных культур.

### Работа на придомовой территории

#### Темы:

Очистка участка от мусора, осенней листвы.

Уход за газонами.

**Практическая работа:** уборка придомовой территории.

Воспитанники должны **знать**:

- правила ухода за придомовой территорией.

Воспитанники должны **уметь**:

- ухаживать за придомовой территорией, газоном;
- обращаться с инвентарем.

### Садоводство.

#### Темы:

Разнообразные формы крон. Инструменты для обрезки. Техника безопасности.

Обрезка.

Перекопка приствольных кругов и побелка деревьев.

**Практическая работа:** перекопка приствольных кругов и побелка деревьев.

Воспитанники должны **знать**:

- разнообразные формы крон;
- правила формирования крон;
- правила техники безопасности при работе с садовым инвентарем.

Воспитанники должны **уметь**:

- производить перекопку приствольных кругов деревьев и кустарников;
- производить обрезку деревьев.

### Огород.

**Посев семян в грунт.**

#### Темы:

Выбор овощных культур для посева на огороде. Подготовка семян для посева.

Подготовка грядок под овощные культуры.

Посев семян. Уход за грядками.

**Практическая работа:** Посев семян овощных культур в грунт.

**Практическая работа:** уход за грядками.

**Выращивание рассады.**

#### Темы:

**Практическая работа:** пикировка сеянцев рассады.

**Практическая работа:** уход за пикированной рассадой.

Воспитанники должны **знать**:

- технологию посева семян в грунт;
- правила ухода за грядками;
- правила пикирования рассады.

Воспитанники должны **уметь**:

- выполнять разметку для посева семян в грунт;
- ухаживать за грядками;
- пикировать рассаду.

### Цветник

#### Темы:

Весенние работы в цветнике.

**Практическая работа:** уборка растительных остатков на территории цветника.

**Практическая работа:** вскапывание почвы в цветнике.

Высевание семян однолетних цветочных растений.

**Практическая работа:** посев семян бархатцев и др. цветов.

Уход за цветочными посевами.

**Практическая работа:** полив клумб.

Воспитанники должны **знать**:

- виды весенних работ в цветнике;
- правила ухода за цветами.

Воспитанники должны **уметь**:

- высевать семена в цветнике.

### Домоводство (продолжение)

#### Бытовые приборы.

#### Темы:

Роль бытовых приборов в жизни человека.

Техника безопасности при работе с бытовыми приборами.

Режимы работы бытовых приборов.

**Тест:** режимы работы бытовых приборов.

Воспитанники должны **знать**:

- основные бытовые приборы и их режимы работы.

Воспитанники должны **уметь**:

- правильно пользоваться бытовыми приборами.

#### Приборы учета

#### Темы:

Приборы учета, их применение, сроки службы.

Снятие показаний.

Заполнение квитанций.

Домовая экономия.

**Практическая работа:** заполнение квитанций. Вычисление суммы.

Воспитанники должны **знать**:

- виды приборов учета, их применение, сроки службы;
- правила домашней экономии.

Воспитанники должны **уметь**:

- снимать показания счетчиков, заполнять квитанции, вычислять сумму.

### Интерьер

#### Темы:

Дом, в котором ты живешь.  
Интерьер жилого помещения.  
Создание красоты в доме.

**Практическая работа:** создание панно.

Гигиена жилого помещения.

Ежедневная уборка.

Еженедельная уборка помещения.

Генеральная уборка.

Косметический ремонт жилого помещения.

Замена мебельной и оконной фурнитуры.

**Практическая работа:** замена мебельной фурнитуры.

Воспитанники должны **знать:**

- гигиенические требования к жилому помещению;
- правила последовательного проведения сухой и влажной уборки.

Воспитанники должны **уметь:**

- проводить сухую и влажную уборку помещения;
- выполнять косметический ремонт жилого помещения.

**Сельскохозяйственный труд** (продолжение).

**Огород.**

**Высаживание рассады в грунт.**

**Темы:**

Разметка мест для рассады. Высаживание.

Первоначальный полив.

Уход за растениями (рыхление междурядьев и полив).

**Практическая работа:** разметка места, высаживание рассады.

**Практическая работа:** полив и рыхление рассады.

**Практическая работа:** уход за растениями после всходов на огороде.

Воспитанники должны **знать:**

- правила высаживания рассады в грунт и ухода за ней.

Воспитанники должны **уметь:**

- выполнять разметку места для рассады;
- высаживать рассаду и ухаживать за ней.

**Цветник.**

**Темы:**

Уход за растениями после всходов.

**Практическая работа:** уход за растениями после всходов на цветнике.

Воспитанники должны **знать:**

- правила ухода за цветочными всходами.

Воспитанники должны **уметь:**

- ухаживать за цветочными всходами.

**Придомовая территория.**

**Темы:**

**Практическая работа:** очистка придомовой территории от мусора.

**Практическая работа:** уход за газонами.

Инструменты для обрезки. Правила техники безопасности.

Стрижка живой изгороди.

**Практическая работа:** стрижка живой изгороди.

Воспитанники должны **знать:**

-правила ухода придомовой территорией.

Воспитанники должны **уметь:**

-ухаживать за газонами и стричь кусты.

Работа на огороде.

**Темы:**

**Практическая работа:** прополка огорода.

**Практическая работа:** уход за огородными культурами (полив и рыхление).

Воспитанники должны **знать:**

-виды работ на огороде;

- правила техники безопасности при работе на огороде.

Воспитанники должны **уметь:**

- ухаживать за огородными культурами.

Цветник.

**Темы:**

Пикировка цветочных всходов.

**Практическая работа:** пикировка цветочных всходов.

**Практическая работа:** полив клумб.

Воспитанники должны **знать:**

- правила пикирования цветочной рассады.

Воспитанники должны **уметь:**

- выполнять пикирование цветочной рассады и ухаживать за ней.

Комнатные растения.

**Темы:**

Комнатные растения в интерьере квартиры.

Наиболее распространенные виды комнатных растений.

Правила и приемы ухода комнатных растений.

Размножение комнатных растений.

Пересадка комнатных растений. Подкормки для комнатных растений.

**Практическая работа:** пересадка комнатного растения.

Воспитанники должны **знать:**

-виды комнатных растений;

-правила ухода за комнатными растениями;

-виды комнатных растений, которые являются лечебными.

Воспитанники должны **уметь:**

-ухаживать за комнатными растениями.

Работа на огороде.

**Темы:**

**Практическая работа:** прополка огорода.

**Практическая работа:** уход за огородными культурами (полив и рыхление).

Воспитанники должны **знать:**

- правила прополки огорода.

Воспитанники должны **уметь:**

-ухаживать за огородными культурами.

#### Цветник.

##### Темы:

**Практическая работа:** уход за цветочными растениями.

Воспитанники должны **уметь:**

-ухаживать за цветочными растениями.

#### Домоводство (продолжение)

##### Правила ухода за собой.

##### Темы:

Ежедневный и дополнительный уход.

##### **Кожа.**

##### Темы:

**Тест:** определение типа кожи лица.

Уход за различным типом кожи лица.

**Уход за кожей рук и ног.**

##### Темы:

Уход за кожей рук и ног.

Уход за ногтями.

##### **Волосы.**

##### Темы:

Как правильно мыть волосы. Расчески и щетки для волос.

**Тест:** определение типа волос.

Уход за разными типами волос.

Воспитанники должны **знать:**

- правила ухода за собой.

Воспитанники должны **уметь:**

- выполнять ежедневный уход и дополнительный уход за собой.

##### **Типы и стили моды.**

##### Темы:

Типы и стили моды.

**Тест:** определение стиля и типа индивидуально для каждого воспитанника.

Воспитанники должны **знать:**

- типы и стили моды.

Воспитанники должны **уметь:**

-подбирать одежду в соответствии со своим стилем.

#### Сельскохозяйственный труд (продолжение).

##### Огород.

##### Темы:

**Практическая работа:** прополка огорода.

**Практическая работа:** уход за огородными культурами (полив и рыхление).

Конкурс «Лучший огород».

##### Цветник.

##### Темы:

**Практическая работа:** уход за цветочными растениями.

Конкурс «Наша клумба»

Придомовая территория.

Темы:

**Практическая работа:** уход за газонами.

**Практическая работа:** стрижка живой изгороди.

Воспитанники должны **знать:**

- правила ухода за цветочными и огородными культурами, газоном, кустами.

Воспитанники должны **уметь:**

- ухаживать за огородом, цветником и придомовой территорией.

Литература:

1. Арсеньев Н. Духовные традиции русской семьи. – М.: Просвещение, 1998.
2. Плясова Г.И. Воспитание семьянина в условиях детского дома. Москва 2003 г.
3. Симоненко И.Д. Технология «Вентана –Граф» 2002г.
4. Бунина О.Ф. Домоводство.- М.:Просвещение, 2000г.
5. Дрибноход Ю.Ю. Лучшие рецепты красоты. - М.: Издательство МГУП, 2013.
6. «Тысяча советов» 2010г.
7. Максимова М.И. «Школа домоводства» 2000г.
8. Чибрикова О.В. «Нескучный дом» 2008г.

Краевое государственное казенное учреждение  
«Центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей, оставшихся  
без попечения родителей, пгт Новошахтинский»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

КГКУ «Центр содействия семейному



Устройству пгт. Новошахтинский»  
\_\_\_\_\_И.В. Ахременко

## «Мой дом»

Программа по подготовке воспитанников центра содействия  
семейному устройству к самостоятельной жизни.

Срок реализации 1 год.  
Возраст детей от 7 до 16 лет.

Инструктор по труду  
Пальчик О. Н.

пгт. Новошахтинский

2019г.