

Администрация Армизонского муниципального района

МАОУ Южно - Дубровинская средняя общеобразовательная школа

ул. Береговая дом 8 с. Южно-Дубровное, Армизонский район, Тюменская область 627234 тел.(834547) 37-2-68, факс (834547) 37-2-68

РАССМОТREНО
на заседании ШМО
« 26 » 08 2025 г.
Протокол № 1

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
Петр / Михайлова С.Г./
« 26 » 08 2025 г.



Рабочая программа
по адаптированной основной образовательной программе
обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
в условиях общеобразовательного класса

Наименование учебного предмета «Домоводство»

Класс 9

Уровень основного общего образования

Срок реализации программы 2025-2026 учебный год

Количества часов по учебному плану в 9 классе всего 170 часов в год; в неделю 5 часа

Рабочую программу составила Колтышева Любовь Вячеславовна

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАОП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАОП УО (вариант 2) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Цель обучения - повышение самостоятельности обучающихся в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности. Основные задачи: формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности обучающихся и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы.

Общая характеристика учебного предмета

Программа по предмету «Домоводство» включает следующие разделы: «Уход за вещами», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории», «Покупки».

Среди различных видов деятельности человека ведущее место занимает труд; он служит важным средством развития духовных, нравственных, физических способностей человека. В обществе именно труд обуславливает многостороннее влияние на формирование личности, выступает способом удовлетворения потребностей, созиателем общественного богатства, фактором социального прогресса

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану МАОУ Южно-Дубровинской СОШ на изучение учебного предмета домоводство в 9 классе отводится 5 часов в неделю, 170 часов в год

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

Программа направлена на то, чтобы каждый ученик, как субъект учебно–познавательной деятельности, мог проявить свои личностные качества:

- проявлять познавательный интерес;
- проявлять и выражать свои эмоции;
- обозначать свое понимание или непонимание вопроса;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Предметные результаты:

Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома: умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола; умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне; умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения; умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

. Содержание учебного предмета

Раздел; 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.

Раздел: 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.

Раздел: 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.

Раздел: Обращение с кухонным инвентарём

Различение 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.

Раздел: 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.

Раздел: 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.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

| № п/п | Тема | Виды деятельности | Кол-во часов |
|--------------|------------------|---|---------------------|
| 1 | "Покупки" | Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Нахождение нужного товара в магазине. 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. Раскладывание продуктов в места хранения. | 6 |
| 2 | "Уход за вещами" | Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья. Полоскание 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, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку. Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, | 6 |

| | | |
|--|--|--|
| | <p>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.</p> <p>Глажение утюгом. Различие 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, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. 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</p> | |
|--|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| | <p>ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.</p> <p>Уборка помещения и территории</p> <p>Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытираение поверхности мебели.</p> <p>Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытираение поверхности, вытираение предметов интерьера</p> <p>раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.</p> <p>Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Различение 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.</p> <p>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.</p> | |
|--|--|--|

| | | | |
|---|-----------------------------------|--|---|
| | | 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. | |
| 3 | "Обращение с кухонным инвентарем» | <p>Обращение с посудой. Различие предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.</p> <p>Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.</p> <p>Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых</p> | 4 |

| | | | |
|---|----------------------|---|----|
| | | приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд. | |
| 4 | "Приготовление пищи" | 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. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком). 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. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. 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, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении | 10 |

| | | | |
|---|----------------------------------|--|---|
| | | 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). 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. | |
| 5 | "Уборка помещений и территории". | Уборка бытового мусора. Пометание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем | 8 |

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией И.М. Бгажнокова.- М.: «Просвещение», 2003г.

Приложение к рабочей программе

Календарно-тематический план домоводство 9 класс

| № | Тема урока | Кол-во часов | Предполагаемая дата | |
|------------------------------------|--|--------------|---------------------|----------|
| | | | По плану | По факту |
| Уборка территории – 5 часов | | | | |
| 1 | Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. | 1 | | |
| 2 | Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы». | 1 | | |
| 3 | Практическая работа «Уборка территории. Сгребание листьев и травы». | 1 | | |
| 4 | Хранение инвентаря. Основные правила хранения. | 1 | | |
| 5 | Тест: «Уборка территории. Сгребание листьев и травы» (выбор инвентаря и спецодежды, хранение инвентаря). | 1 | | |
| Покупки – 25 часов | | | | |
| 6 | Выбор места совершения покупок (универмаг). | 1 | | |
| 7 | Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. | 1 | | |
| 8 | Нахождение нужного товара в магазине. | 1 | | |
| 9 | Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. | 1 | | |
| 10 | Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажимание на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. | 1 | | |
| 11 | Складывание покупок в сумку. | 1 | | |
| 12 | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара. | 1 | | |
| 13 | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| | кассиру, получение чека и сдачи. | | | |
| 14 | Раскладывание продуктов в места хранения. | 1 | | |
| 15 | Экскурсия в универмаг. | 1 | | |
| 16 | Расчётные операции в магазине. Использование денег и банковских карт. | 1 | | |
| 17 | Расчётные операции в магазине. Использование денег и банковских карт. | 1 | | |
| 18 | Выбор места совершения покупок (гипермаркет). | 1 | | |
| 19 | Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. | 1 | | |
| 20 | Нахождение нужного товара в магазине. | 1 | | |
| 21 | Соблюдение последовательности действий при выборе товара. | 1 | | |
| 22 | Соблюдение последовательности действий при выборе товара. | 1 | | |
| 23 | Соблюдение последовательности действий при выборе товара. | 1 | | |
| 24 | Складывание покупок в сумку. | 1 | | |
| 25 | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара. | 1 | | |
| 26 | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. | 1 | | |
| 27 | Раскладывание продуктов в места хранения. | 1 | | |
| 28 | Экскурсия в гипермаркет. | 1 | | |
| 29 | Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег и банковских карт. | 1 | | |
| 30 | Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег и банковских карт. | 1 | | |

Обращение с кухонным инвентарём - 25 часов

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| 31 | Различие бытовых приборов по назначению (соковыжималка). | 1 | | |
| 32 | Знание правил техники безопасности при пользовании соковыжималкой. | 1 | | |
| 33 | Соблюдение последовательности действий при пользовании соковыжималкой. | 1 | | |
| 34 | Мытьё соковыжималки после использования. | 1 | | |
| 35 | Хранение соковыжималки. | 1 | | |
| 36 | Различие бытовых приборов по назначению (хлебопечка). | 1 | | |
| 37 | Знание правил техники безопасности при пользовании хлебопечкой. | 1 | | |
| 38 | Соблюдение последовательности действий при пользовании хлебопечкой. | 1 | | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|---|--|--|
| 39 | Мытьё хлебопечки после использования. | 1 | | |
| 40 | Хранение хлебопечки. | 1 | | |
| 41 | Различение бытовых приборов по назначению (электроблиннница). | 1 | | |
| 42 | Знание правил техники безопасности при пользовании электроблинницей. | 1 | | |
| 43 | Соблюдение последовательности действий при пользовании электроблинницей. | 1 | | |
| 44 | Мытьё электроблинницы после использования. | 1 | | |
| 45 | Хранение электроблинницы. | 1 | | |
| 46 | Различение бытовых приборов по назначению (посудомоечная машина). | 1 | | |
| 47 | Знание правил техники безопасности при пользовании посудомоечной машины. | 1 | | |
| 48 | Соблюдение последовательности действий при пользовании посудомоечной машины. | 1 | | |
| 49 | Мытьё посудомоечной машины после использования. | 1 | | |
| 50 | Расположение посудомоечной машины на кухне. | 1 | | |
| 51 | Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором. Тест. | 1 | | |
| 52 | Рациональное размещение приборов в кухонном шкафу и на открытых поверхностях. | 1 | | |
| 53 | Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд. | 1 | | |
| 54 | Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к обеду: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд. | 1 | | |
| 55 | Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонок и ваз, расставление блюд. | 1 | | |
| Приготовление пищи – 45 часов | | | | |
| 56 | Подготовка кухни. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор спец.инвентаря для работы на кухне. | 1 | | |
| 57 | Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад). | 1 | | |
| 58 | Знание (соблюдение) правил хранения кондитерских изделий. | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| 59 | Различение растений огорода (овощи). | 1 | | |
| 60 | Знание (соблюдение) правил хранения овощей. | 1 | | |
| 61 | Различение растений огорода (пряная зелень). | 1 | | |
| 62 | Знание (соблюдение) правил хранения | 1 | | |
| 63 | Различение растений огорода сада (фрукты). | 1 | | |
| 64 | Знание (соблюдение) правил хранения фруктов. | 1 | | |
| 65 | Различение растений огорода сада (ягоды). | 1 | | |
| 66 | Знание (соблюдение) правил хранения ягод. | 1 | | |
| 67 | Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. | 1 | | |
| 68 | Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (сушка): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря. | 1 | | |
| 69 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: сушка овощей, фруктов, ягод, зелени. | 1 | | |
| 70 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: сушка овощей, фруктов, ягод, зелени. | 1 | | |
| 71 | Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (замораживание): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря. | 1 | | |
| 72 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: замораживание овощей, фруктов, ягод, зелени. | 1 | | |
| 73 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: замораживание овощей, фруктов, ягод, зелени. | 1 | | |
| 74 | Соблюдение последовательности действий при заготовке полуфабрикатов (консервирование): выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря. | 1 | | |
| 75 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (салат из овощей). | 1 | | |
| 76 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (икра из овощей). | 1 | | |
| 77 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (маринованные огурцы). | 1 | | |
| 78 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (маринованные томаты). | 1 | | |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| 79 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (томатный сок). | 1 | | |
| 80 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование овощей (квашеная капуста). | 1 | | |
| 81 | Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, постановка кастрюли (таза для варенья) на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты. | 1 | | |
| 82 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (варенье из яблок). | 1 | | |
| 83 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (джем из груш). | 1 | | |
| 84 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (сок из яблок). | 1 | | |
| 85 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (компот из яблок). | 1 | | |
| 86 | Заготовка полуфабрикатов. Практическая работа: консервирование фруктов (варенье из яблок). | 1 | | |
| 87 | Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении обеда. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. | 1 | | |
| 88 | Узнавание (различение) мучных изделий, готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, бараки, сухари). | 1 | | |
| 89 | Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий. | 1 | | |
| 90 | Узнавание (различение) муки разных сортов. | 1 | | |
| 91 | Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий. | 1 | | |
| 92 | Практическая работа: просеивание муки. | 1 | | |
| 93 | Перемешивание продуктов (муки) ложкой (венчиком, миксером/блендером). | 1 | | |
| 94 | Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, переворачивание продукта. | 1 | | |
| 95 | Практическая работа: выпечка блинов (сковорода). | 1 | | |
| 96 | Практическая работа: выпечка блинов (электроБлинница). | 1 | | |
| 97 | Соблюдение последовательности действий при выпекании продукта: включение электрической духовки, подготовка теста, вырезание продукта формочкой, раскладывание на жарочном листе, | 1 | | |

| | | | | |
|------------------------------------|---|---|--|--|
| | предварительно подготовленном к выпечке, установка таймера на определённое время, установка листа в духовку, выпекание продукта). | | | |
| 98 | Песочное тесто. Раскатывание теста скалкой. | 1 | | |
| 100 | Практическая работа: выпечка песочного печенья. | 1 | | |
| Уборка территории – 5 часов | | | | |
| 101 | Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице. | 1 | | |
| 102 | Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега. | 1 | | |
| 103 | Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. | 1 | | |
| 104 | Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. | 1 | | |
| 105 | Хранение инвентаря для уборки снега. | 1 | | |
| Уход за вещами – 30 часов | | | | |
| 106 | Ручная стирка. Определение необходимости стирки. | 1 | | |
| 107 | Сортировка белья по цвету (разноцветное, однотонное). | 1 | | |
| 108 | Сортировка белья по составу ткани (х/б, шерсть, шёлк, искусственная ткань). | 1 | | |
| 109 | Сортировка вещей по назначению (взрослая, детская). | 1 | | |
| 110 | Сортировка по предметам одежды (платья, кофты, брюки, гольфы, носки, колготы, куртки, шапки и пр.) | 1 | | |
| 111 | <i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. | 1 | | |
| 112 | Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. | 1 | | |
| 113 | Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. | 1 | | |
| 114 | Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. | 1 | | |
| 115 | Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание). | 1 | | |
| 116 | Практическая работа: ручная стирка (засыпание, полоскание, отжимание, вывешивание белья | 1 | | |

| | | | | |
|------------------------------------|---|---|--|--|
| | на просушку) любого предложенного белья. | | | |
| 117 | <i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья. | 1 | | |
| 118 | Узнавание (различение) составных частей стиральной машины. | 1 | | |
| 119 | Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. | 1 | | |
| 120 | Установка программы (температурного режима). | 1 | | |
| 121 | Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. | 1 | | |
| 122 | Закладывание белья в машину. | 1 | | |
| 123 | Стирка цветных вещей по выбору. | 1 | | |
| 124 | Вынимание белья из машины. | 1 | | |
| 125 | Вывешивание белья для просушки. | 1 | | |
| 126 | Мытье (сушка) машины. | 1 | | |
| 127 | Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. | 1 | | |
| 128 | <i>Глажение утюгом.</i> Соблюдение последовательности действий при глажении белья. | 1 | | |
| 129 | Глажка брюк, спортивной одежды, платьев. | 1 | | |
| 130 | <i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости мытья обуви (резиновая обувь). | 1 | | |
| 131 | Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. | 1 | | |
| 132 | Знание (различение) средств для мытья обуви. | 1 | | |
| 133 | Выбор спец.средства для мытья обуви. | 1 | | |
| 134 | Соблюдение последовательности действий при мытье резиновой обуви. | 1 | | |
| 135 | Практическая работа: мытьё резиновой обуви. | 1 | | |
| Уборка помещения – 30 часов | | | | |
| 136 | Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. | 1 | | |
| 137 | <i>Уборка мебели.</i> Виды мебели, покрытой текстилем (велюр, замша, микрофибра и пр.) требующие чистку поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. | 1 | | |
| 138 | Выбор одежды, инвентаря, средств для чистки мебели. Соблюдение последовательности | 1 | | |

| | | | | |
|-----|--|---|--|--|
| | действий при уборке. | | | |
| 139 | Практическая работа: чистка поверхности мебели, покрытой текстилем. Оценка результата работы. | 1 | | |
| 140 | <i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (уборка пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения. | 1 | | |
| 141 | Виды полов (покрытия полов). Керамическая плитка (керамогранит). | 1 | | |
| 142 | Соблюдение последовательности действий при уборке керамической плитки. | 1 | | |
| 143 | Правила ТБ при уборке керамической плитки. Выбор инвентаря. | 1 | | |
| 144 | Практическая работа. Уборка керамической плитки. | 1 | | |
| 145 | Виды полов (покрытия полов). Пробковый пол. | 1 | | |
| 146 | Соблюдение последовательности действий при уборке пробкового пола. | 1 | | |
| 147 | Правила ТБ при уборке пробкового пола. Выбор инвентаря. | 1 | | |
| 148 | Практическая работа. Уборка пробкового пола. | 1 | | |
| 149 | Пылесос беспроводной. Различие основных частей пылесоса. | 1 | | |
| 150 | Правила ТБ при работе с беспроводным пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. | 1 | | |
| 151 | Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. | 1 | | |
| 152 | Практическая работа. Чистка поверхности беспроводным пылесосом. | 1 | | |
| 153 | Чистка беспроводного пылесоса после уборки. | 1 | | |
| 154 | Робот-пылесос. Различие основных частей пылесоса. | 1 | | |
| 155 | Правила ТБ при работе с роботом-пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. | 1 | | |
| 156 | Соблюдение последовательности действий при уборке роботом-пылесосом. | 1 | | |
| 157 | Практическая работа. Чистка поверхности роботом-пылесосом. | 1 | | |
| 158 | Чистка робота-пылесоса после уборки. | 1 | | |
| 159 | <i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей (обобщение всех тем). Выбор инвентаря, средств, спецодежды. | 1 | | |
| 160 | Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных и зеркальных поверхностей в | 1 | | |

| | | | | |
|------------------------------------|--|---|--|--|
| | доме. | | | |
| 161 | Практическая работа: мытьё стеклянных и зеркальных поверхностей в доме. | 1 | | |
| 162 | <i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ. Выполнение ремонтных работ. Ремонт разорванных мест одежды. | 1 | | |
| 163 | Выполнение ремонтных работ. Ремонт разорванных мест одежды. | 1 | | |
| 164 | Выполнение ремонтных работ. Штопка вещей. | 1 | | |
| 165 | Выполнение ремонтных работ. Штопка вещей. | 1 | | |
| Уборка территории – 5 часов | | | | |
| 166 | Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к нему с просьбой. | 1 | | |
| 167 | Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. | 1 | | |
| 168 | Уборка территории: сгребание травы и листьев. | 1 | | |
| 169 | Уборка территории: сгребание травы и листьев. | 1 | | |
| 170 | Уход за уборочным инвентарем. | 1 | | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042381

Владелец Колодочки Алексей Сергеевич

Действителен С 08.12.2025 по 08.12.2026