

## **Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство»**

### **Пояснительная записка**

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

В результате изучения домоводства учащиеся должны

**знать:**

- режим дня школьника;
- правила и способы закаливания организма;
- правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий;
- правила ухода полостью рта;
- правила ухода полости носа;
- гигиенические требования к жилому помещению;
- назначение батареи, двери, плинтуса;
- последовательность сухой и влажной уборки;
- назначение инвентаря и средства для влажной уборки;
- правила ухода за инвентарем и хранения;
- правила ухода за руками после уборки;
- назначение кухонной мебели;
- названия продуктов первой необходимости;
- правила и периодичность уборки кухни;
- правила безопасной работы с режущими инструментами;
- правила и последовательность первичной обработки продуктов;
- правила ухода за сезонной одеждой и обувью;
- правила подготовки одежды и обуви к хранению;
- правила ухода за инвентарем и приспособлениями;

**уметь:**

- закаливать свой организм;
- чистить зубы;
- пользоваться носовым платком;
- использовать средства и предметы личной гигиены по назначению;
- производить влажную уборку помещения;
- использовать чистящие и моющие средства для уборки по назначению;
- мыть батареи, двери, плинтуса с моющими и чистящими средствами;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования перед приготовлением пищи;
- соблюдать правила безопасной работы во время приготовления пищи;
- мыть и чистить фрукты и овощи при помощи овощечистки;
- натирать овощи и фрукты на терке;
- нарезать фрукты и овощи при помощи ножа;
- содержать в чистоте кухонную мебель;

- мыть посуду;
- подбирать одежду и обувь по сезону;
- очищать верхнюю одежду одежной щеткой;
- подготавливать одежду и обувь к сезонному хранению;
- зашнуровывать и завязывать шнурки.

### **Содержание учебного предмета**

**Цель предмета «Домоводство»** - формирование у учащихся знаний, которые помогут им в самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

**Задачи предмета** – научить детей правилам ведения семейного хозяйства, практическим умениям, связанным с самообслуживанием и обслуживанием членов семьи; заложить основы нравственного поведения, норм этики в ближайшем (семейном) окружении.

#### **«Личная гигиена»**

Режим дня школьника.

Закаливание организма (зарядка, обтирание, сезонная одежда, физические упражнения).

Уход за полостью рта и зубами. Уход за полостью носа. Уход за руками (уход за ногтями и кожей рук, кремы).

Уход за ногами (уход за ногтями и кожей ног). Профилактика грибковых заболеваний.

#### **«Жилище»**

Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению. Основные правила организации рабочего места школьника.

Повседневная уборка квартиры (сухая и влажная). Пылесос.

Комнатные растения (их назначение, допустимое количество и уход).

Уход за полом. Средства по уходу за полом.

#### **«Питание»**

Гигиена приготовления пищи. Хранение продуктов и готовой пищи. Замораживание, размораживание. Определение срока годности.

Приготовление пищи. Ужин. Приготовление блюд из круп, макаронных изделий, картофеля и других овощей, молока и молочных продуктов.

Сервировка стола к ужину.

#### **«Одежда и обувь»**

Сезонная одежда, головные уборы, виды. Сезонная обувь, виды.

Мелкий ремонт одежды (пришивание пуговиц, вешалок, петель и крючков, зашивание распорвшегося шва).

Стирка изделий из цветных хлопчатобумажных и шелковых тканей.

### **Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Цели урока</b>	<b>Виды работ</b>
1	Режим дня школьника.	1	Расширение представления о необходимости сохранения	Повторение временных представлений, беседа «Утренняя зарядка», повторение темы личная гигиена, игра «Чистюля Грязнуля», игра «Что не так?»,

			чистоты и здоровья тела.	выбор предметов и средств личной гигиены, умывание, мытье рук, шеи, лица и ушей.
2	Закаливание организма. Правила закаливания.	1	Учить способам, правилам и приемам закаливания организма.	Повторение правил личной гигиены, дидактическая игра «Волшебный мешочек», дидактическая игра «Покажи части тела», дидактическая игра «Одевайся по сезону», проведение утренней зарядке, Словарная работа: закаливание, закаливающие процедуры рассказ о значении закаливания организма человека
3	Уход за полостью рта и зубами.	1	Привитие детям основных гигиенических правил в отношении зубов и полости рта, чистить зубы и полоскать рот.	Просмотр мультфильма «Королева Зубная Щетка», лабораторная работа с зеркалом изучаем название и назначение зубов, дидактическая игра «Полезные и вредные продукты », подбор предметов и средств личной гигиены для ухода за полостью рта, имитация действий в правильной последовательности чистки зубов, с/ ролевая игра « Почисть кукле зубки». Умывание. Чистка зубов. Намыливание туалетным мылом зубной щётки. Причёсывание. Чистка ушей. Чистка расчёски.
4	Уход за полостью носа.	1	Формирование умений и навыков по уходу за полостью носа.	Беседа о роли полости носа для здоровья человека, рассказ и показ о видах носовых платков и их назначение. Выполнение утренней гигиенической процедуры: умывание, чистка ушей, мытье рук, шеи расчесывание волос и.д. Процедура ухода за носом.
5	Сезонная одежда, головные уборы, виды.	1	Дать представление о сезонной	Знакомство с сезонной одеждой и головными уборами, с инвентарем и приспособлением

			одежде и головных уборах. Учить использовать сезонную одежду и головные уборы в разные времена года.	для чистки одежды и головных уборов, упражнения в одевания и раздевания одежды, застёгивание пальто и брюк на все пуговицы, натягивание носков,
6	Сезонная обувь, виды.	1	Дать представление о сезонной обуви, учить использовать сезонную обувь в разные времена года.	Показ и название части обуви, упражнение в различение обуви для правой и левой ноги, шнурование ботинок и развязывание, завязанные шнурки, упражнение в обувании обуви с помощью обувной ложки, ролевая игра «Одень куклу по сезону», дидактическая игра «Подбери обувь».
7	Подготовка сезонной одежды и головных уборов к хранению.	1	Формирование умений и навыков подготовить сезонную одежду и головные уборы к хранению. Воспитание опрятности, стремление содержать обувь в чистоте.	Беседа способы подготовки одежды и головных уборов, их место для хранения, мебель для одежды. Упражнения в одевании и раздевание, застегивание пуговиц и молнии, изучения стороны и части одежды. Складывание одежды и размещения в мебельном шкафу. Чистка одежды одежной щеткой, сушка мокрой одежды в расправленном виде, чистка одежды одежной щеткой, встряхивание одежды и головных уборов от капли дождя, с/ ролевая игра «Одень куклу по сезону».
8	Чистка и мытье обуви.	1	Учить последовательности чистки и мытья. Воспитание опрятности, стремление содержать обувь в	Упражнение в различение обуви для правой и левой ноги, шнурование ботинок и развязывание, завязанные шнурки, упражнение в обувании обуви с помощью обувной ложки, подбор инвентаря для ухода за обувью, упражнения в движение руки со щеткой по

			чистоте.	обуви, чистка и мытье кожаной обуви.
9	Подготовка сезонной обуви к хранению.	1	Научить подготовить сезонную обувь к хранению. Воспитание опрятности, стремление содержать обувь в чистоте.	просушивание обуви (около обогревательных систем, специальными приборами, подручными материалами), Сушка обуви (набить носок бумагой).
10	Жилье по назначению.	1	Дать понятие о жилом помещении. Формирование представлений учащихся о видах жилых помещений по назначению.	Рассказ-описание «Наша квартира»; собери картинки: «Спальня для родителей», «Детская комната Коли», «Гостиная комната», «Наша кухня», «Ванная и санузел»; словарная работа: гостиная, спальня, детская комната, санузел.
11	Гигиенические требования к жилому помещению.	1	Формировать представление о гигиенических требованиях к жилому помещению.	Вытирание обуви перед входом в помещение, проветривание помещения; удаление пыли с подоконника; словарная работа: сквозняк, комфорт, проветривание.
12	Инвентарь и приспособления для сухой уборки дома.	1	Дать представление о сухой уборки.	Определение инвентаря и приспособлений для сухой уборки. Удаление пыли сухой тряпкой с подоконника, дверей, батарей, полок, определение необходимости подметания пола, подметание пола, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну, чистка и уборка инвентаря на место; мытье рук и нанесение крема.
13	Инвентарь, приспособления для влажной уборки дома.	1	Формирование умений обращаться инвентарем и	Подбор инвентаря и приспособлений для уборки помещения; наполнение таза водой; отработка упражнений в

			приспособлени ями для уборки по назначению. Учить замачивать и отжимать тряпочку.	смачивание и отжимание тряпки; расправление и правильное удерживание тряпочки в руке при работе; мытьё парт; чистка и уборка инвентаря на место; мытьё рук и нанесение крема.
14	Чистящие и моющие средства для влажной уборки квартиры, их виды.	1	Знакомство учащихся с чистящими и моющими средствами и их видами, учить пользоваться чистящими и моющими средствами по назначению.	Изучение условных обозначений на упаковках с чистящими и моющими средствами; работа с плакатом «Техника безопасности при использовании моющих средств»; дидактическая игра «Подбери картинку».
15	Уборка помещения. Мытьё двери.	1	Учить детей поддерживать чистоту и порядок в помещении	Беседа о назначении дверей в квартире. Повторение условных обозначений на упаковках с чистящими и моющими средствами; работа с плакатом «Техника безопасности при использовании моющих средств»; наполнение таза водой; отработка упражнений в смачивание и отжимание тряпки; мытьё дверей с двух сторон, уборка инвентаря на место, мытьё рук и нанесение крема.
16	Уборка помещения. Мытьё батареи.	1	Закрепить название и назначения инвентаря для уборки помещения; учить последовательн ости мытья батареи.	Беседа о назначении батареи в доме, повторение условных обозначений на упаковках с чистящими и моющими средствами; работа с плакатом «Техника безопасности при использовании моющих средств»; наполнение таза водой; отработка упражнений в смачивание и отжимание тряпки; мытьё батареи, чистка и уборка инвентаря на место;

				мытьё рук и нанесение крема.
17-18	Уборка помещения. Мытьё плинтуса.	1	Учить использовать инвентарь и приспособления по назначению, последовательности мытьё плинтуса.	Нахождение и показа плинтуса, повторение условных обозначений на упаковках с чистящими и моющими средствами; работа с плакатом «Техника безопасности при использовании моющих средств»; наполнение таза водой; отработка упражнений в смачивание и отжимание тряпки; мытьё плинтуса, мытьё рук и нанесение крема.
19	Итоговый тренинг «Генеральная уборка».	1	Формирование умения определять необходимости в наведении чистоты и порядка.	Определение беспорядка в детской комнате; определение вида пола; выбор инвентаря для уборки; размещение игрушек на свои места, проветривание комнаты, подметание пола, удаление пыли с мебели и подоконника, чистка и уборка инвентаря на место; мытьё рук и нанесение крема.
20-21	Место приготовления пищи. Кухонная мебель, назначение.	1	Знакомство учащихся с кухонной мебелью, использовать ее по назначению.	Беседа и знакомство с кухней и ее мебелью. Показ и названия предметов кухонной мебели, дидактическая игра «Покажи только кухонную мебель», с/р игра «Поможем Федоре убираться в шкафу». (мытьё и вытирание полок в шкафу, размещение продуктов и посуды в шкафу )
22	Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни.	1	Формировать представление о санитарно-гигиенических требованиях к состоянию кухни. Учить поддерживать порядок и чистоту на кухне.	Беседа о санитарно-гигиенических требованиях к кухне. Проветривание кухни; удаление пыли с мебели и подоконника; уборка в шкафах, мытьё посуды и мойки, подметание пола, вынос мусора, уход за руками после работы.
23	Уход за кухонной	1	Учить	Знакомство с кухонной мебелью,

	мебелью.		ухаживать и наводить порядок в шкафах.	изучение названия и назначение каждого шкафа, надевание фартука, отработка приемов технологически правильно держать тряпку во время удаления грязи и пыли с полки, вытирание полочек в шкафу.
24-25	Посуда для приготовления пищи.	1	Знакомство с названием посуды и ее назначением, учить использовать посуду по назначению.	Показ и названия предметов кухонной посуды, дидактическая игра «Покажи только кухонную посуду», соотношение размера конфорки с дном кухонной посуды (кастрюли, сковороды, ковша), упражнение в наливании воды до отметки, дидактическая игра «Подбери посуду к блюдам», мытье посуды, вытирание посуды, размещения посуды на место.
26	Продукты первой необходимости.	1	Формирование представление учащихся о продуктах питания первой необходимости для жизни и здоровья человека.	Показ и название продуктов первой необходимости, размещение продуктов для хранения в холодильнике, дидактическая игра: «Съедобное несъедобное», дидактическая игра «Найди место продуктам»; лабораторная работа: определение продукта на вкус «Горькое, сладкое, соленное»; сюжетно- ролевая игра «Продуктовая корзина».
27-28	Мытье и чистка овощей и фруктов.	1	Ознакомление с первичной обработкой продуктов. Формировать навыки мытья и чистки овощей овощечисткой.	Знакомство с первичной обработкой продуктов по картинке, составление технологической карты первичной обработке овощей, выбор инструментов для первичной обработке продуктов, надевание фартуков, мытье овощей и фруктов, чистка при помощи овощечистки, удаление из плодов фруктов семечек и косточек, разрезание фруктов пополам, выкладывание продуктов, мытье и чистка



				фруктов и овощей, лабораторная работа «Отделяем съедобную часть от несъедобной». словарная работа: овощечистка.
29-30	Натирание овощей и фруктов на терке.	1	Формировать навыки натирания овощей и фруктов на терке.	Знакомство с теркой и ее назначение, дидактическая игра «Сладкое, горькое, кислое», выбор инвентаря для первичной обработке продуктов, надевание фартуков, мытье овощей и фруктов, чистка при помощи овощечистки, натирание на терке, словарная работа: терка.
31-32	Приготовление фруктового салата.	1	Формировать навыки нарезки продуктов.	дидактическая игра «Сладкое, кислое», повторение правила техники безопасности при работе с режущими инструментами по картинке, надевание фартуков, мытье рук, мытье фруктов, чистка при помощи овощечистки, нарезка.
33-34	Итоговый тренинг «Уборка кухни».	2	Формирование умения определять необходимости в наведении чистоты и порядка.	выбор инвентаря для уборки; размещение посуды на свои места, мытье мойки, рабочего места, проветривание, подметание пола, сборка мусора и вынос, чистка и уборка инвентаря на место; мытье рук и нанесение крема.