

## **Статус документа**

**Программа «Смотри в будущее!» разработана в целях реализации в рамках грантового конкурса социально значимых проектов, финансируемого Фондом по развитию социальных, спортивных, образовательных и культурных проектов «Сибантрацит Содействие»**

**Структура документа:** программа включает шесть разделов:

- 1. Пояснительную записку**, раскрывающую характеристику предмета и актуальность программы, индивидуально-типологические особенности воспитанников, цели и задачи изучения.
- 2. Структура программы:** формы и методы обучения, результативность рабочей программы «Смотри в будущее!»»».
- 3. Основное содержание** с распределением учебных занятий по отдельным темам.
- 4. Материально-техническое обеспечение** (условия реализации программы).
- 5. Ожидаемые результаты реализации программы.**
- 6. Список литературы.**

### **1. Пояснительная записка.**

#### **Общая характеристика предмета.**

Рабочая программа «Смотри в будущее!» составлена с учетом опыта работы с детьми с инвалидностью, а также нормативных документов. Нормативно-правовой и документальной основой Программы коррекционной работы являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002 раздел 2.9.);
- О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами. (Письмо МО РФ N АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г.)
- Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ) .

#### **Актуальность программы.**

Значительная часть детей с отклонениями в развитии, несмотря на усилия, принимаемые обществом с целью их обучения и воспитания, став

взрослыми, оказывается неподготовленной к интеграции в социально-экономическую жизнь. Вместе с тем, практика свидетельствует о том, что любой человек, имеющий дефект развития, может при соответствующих условиях стать полноценной личностью, развиваться духовно, обеспечивать себя в материальном отношении и быть полезным обществу. Это обстоятельство делает первостепенным вопрос о создании условий для максимальной коррекции нарушений развития детей.

Необходимо, используя все возможности воспитанников, развивать у них жизненно необходимые навыки, чтобы, став взрослыми, они могли самостоятельно себя обслуживать, выполнять в быту и в специальных производственных условиях несложные трудовые операции и ориентироваться в окружающем. Поэтому большое значение имеет трудовое воспитание, которое рассматривается как важнейший фактор формирования личности, следует направить внимание на необходимость расширять самообслуживание воспитанников. Все это определяет потребности в необходимости проводить специальную работу с детьми по ознакомлению с предметами быта реальной жизни. Приобретенные на занятиях знания и навыки очень помогут воспитанникам в повседневной жизни, а некоторым даст ориентацию в выборе профессии.

*Программа направлена:*

- на развитие у воспитанников обще трудовых навыков, практических умений и способностей, психологической готовности к труду, формирования ответственного отношения к труду и его продуктам, положительный эмоциональный настрой, гарантированная ситуация успеха пробуждают добрые чувства, сопереживание;
- на создание развивающей среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

### **Индивидуально-типологические особенности воспитанников с умственной отсталостью (умеренной, тяжелой).**

Категория детей с данными нарушениями интеллекта и психики представляет собой разнородную группу, основными общими чертами, которой являются тяжелый психофизический дефект и в большинстве случаев выраженные органические нарушения. Общими чертами для всех этих детей помимо их позднего развития и значительного снижения интеллекта являются также грубые нарушения всех сторон психики.

Отсутствие трудовых навыков, полного охвата материала, применения адекватных действий приводит к хаотичному, беспорядочному и неосмысленному характеру их деятельности. Специальная работа по

развитию трудовых навыков этих детей должна быть направлена на осмысленное выполнение задач. Внимание детей с глубокой умственной отсталостью всегда в той или иной степени нарушено: его трудно привлечь, оно слабоустойчиво, дети легко отвлекаются. Им свойственна крайняя слабость активного внимания, необходимого для достижения заранее поставленной цели.

Основные отличия адаптированной дополнительной программы «Смотри в будущее!» от аналогичных или смежных по профилю деятельности программ:

1. Комплексный подход к содержанию, объединение нескольких видов деятельности.
2. Опережающее знакомство с первоначальными знаниями по трудовому обучению, предметно-практической деятельности, счёту.
3. Использование технологий дифференцированного обучения.

Преимущества данной программы перед аналогичными программами заключается в том, что осуществляется принцип последовательности в обучении. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать и совершенствовать у детей необходимые им навыки самообслуживания, ведения домашнего хозяйства, ориентировки в окружающем, а также практически знакомиться с учреждениями, в которые им придется обращаться по различным вопросам, начав самостоятельную жизнь. Кроме того, данная программа должна способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей.

**Цель:** формирование у воспитанников знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

**Задачи:**

1. Формировать у каждого воспитанника правила ведения домашнего хозяйства, практические умения, связанные с самообслуживанием.
2. Прививать навыки трудовой культуры: организация труда, экономное и бережное отношение к продуктам, оборудованию, использованию электроэнергии, строгое соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.
3. Развивать индивидуальные качества: ловкость, внимание, наблюдательность, память, находчивость, смекалку.
4. Воспитывать личностные качества: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;

5. Воспитывать желание и стремление к приготовлению доброкачественной пищи; творческого отношения к домашнему труду.

Этапы реализации программы:

*1. Диагностический этап.*

Выявляет ценностные ориентации, интересы, потребности воспитанников, знания и умения полученных ранее.

*2. Стартово-мотивационный этап.*

Предполагает пробное включение воспитанников в данную деятельность с обязательным выполнением условий добровольности. Комплектованию группы предшествует индивидуальная беседа с подростками.

*3. Содержательно-деятельностный этап.*

Обеспечивает возможности для самореализации воспитанников. В этот период существенным является органическое сочетание просветительской работы в области домоводства.

*4. Рефлексивный этап.*

Обеспечивает возможность самооценки и анализа проделанной работы посредством защиты собственных реализованных в процессе обучения проектов.

## **2. Структура программы.**

Вся программа состоит из 2-х разделов: технология приготовления пищи, основы ведения домашнего хозяйства и бюджета, в каждый раздел входят темы по способам оказания элементарной первой помощи.

Занятия программы по домоводству «Смотри в будущее!» направлены на практическую подготовку воспитанников к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития воспитанников, оставшихся без попечения родителей.

Настоящая программа составлена с учетом возрастных особенностей воспитанников, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений.

Формы и методы обучения:

Основной формой является занятие. В процессе обучения используются следующие формы организации деятельности воспитанников:

- групповая;
- индивидуальная;
- индивидуально-групповая.

Разнообразен спектр форм проведения занятий:

- Теоретические занятия;

- Практические работы;
- Индивидуальная работа;
- Сюжетно-ролевая игра;
- Интегрированные занятия;

Предусмотрены следующие **основные методы**:

1. Объяснительно-иллюстративный (раздаточный материал, демонстрация учебных кинофильмов, иллюстраций, работа со схемами).
2. Репродуктивный (работа по образцам).

#### Целевая группа и режим занятий.

Программа «Смотри в будущее!» рассчитана на детей с 12 до 17 лет с ограниченными возможностями здоровья, нуждающихся в социально-бытовой адаптации. Программой предусматривается годовая нагрузка 34 часа. Группа работает 1 раз в неделю по 1 (академическому) часу. Занятия проводятся по расписанию отдельной группы согласно учебному плану.

Учитывая психофизические особенности воспитанников и материально-техническое оснащение кабинета, дети организуются в группы по 4-5 человек.

Это позволит каждому воспитаннику, независимо от его интеллектуальных и физических возможностей, овладеть основными способами приготовления пищи, научиться составлять деловые бумаги, освоить основы ведения домашнего хозяйства. На занятиях отводится время для изучения правил техники безопасности, формирования умений пользоваться нагревательными электрическими и механическими бытовыми приборами и приспособлениями, колющими и режущими инструментами, специальной посудой и приспособлениями для людей с ОВЗ, а также навыков обращения со стеклянной посудой, кипятком. Также необходимо постоянно приучать детей к соблюдению санитарно-гигиенических требований во время выполнения различных практических работ, доводя их до навыка.

#### Структура занятия.

Каждое занятие состоит из нескольких последовательных частей:

- 1 часть. *Вводная.* Организационный момент, настраивающий на работу. Проведение инструктажа по охране труда, технике безопасности.
- 2 часть. *Основная.* Выполнение основных заданий. Применение ТСО, наглядности (технологические карты, тематические плакаты, дидактический материал).
- 3 часть. *Заключительная.* Рефлексия занятия, подведение итогов работы.

Самое главное условие эффективности занятий по домоводству – заинтересованность детей и добровольность участия в них. Между занятиями необходимо обращать внимание детей на поведенческие реакции и желание выполнить работу до конца.

*Организация занятий:*

Продолжительность занятий: от 30 до 50 минут, после каждого занятия перемена 10 минут (согласно нормативам «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы СанПиН 2.4.4.3172-14», утверждённых Главным государственным врачом Российской Федерации).

### **Результативность рабочей программы «Смотри в будущее!»**

В результате реализации рабочих программ по трудовому развитию должна повыситься компетенция воспитанников по изучаемым вопросам, умение планировать последовательность выполнения трудовых операций, оценивать результаты своей и чужой работы. Контроль за результативностью процесса осуществляется по наблюдению за поведением воспитанников в процессе трудовой деятельности, а также по результатам их труда.

### 3. Содержание программы.

#### Учебно-тематический план (36 часов)

№	Тема	Количество часов
		теория+практика
1.	Вводное занятие	1
2.	Технология приготовления пищи	27
3	Основы ведения домашнего хозяйства, Способы оказания элементарной первой помощи	7
4.	Итоговое занятие	1
	Всего	36

#### **Вводное занятие (1 час)**

1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по программе «Смотри в будущее!». Кабинет СБО и его оборудование. Планировка кухни: (электрическая печь, вокруг которой имеются разделочные столы, шкафы для хранения посуды и кухонной утвари). Ассортимент кухонной посуды и уход за ней. Моющие средства, применяемые при мытье посуды.

2. Техника безопасности при работе с разными материалами и инструментами. Правила пользования нагревательными приборами (электрическими). Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами.

#### **Технология приготовления пищи (27 часов)**

Составление меню воспитанниками с учетом времени года и сбалансированного питания.

Гигиена приготовления пищи. Общие сведения о гигиене, о санитарно-гигиенических требованиях к помещению, личной гигиене, гигиене питания. Специальная одежда (фартук, косынка или поварской колпак, сменная обувь). Хранение и обработка продуктов.

Экскурсия в продовольственный магазин. Назначение продуктовых магазинов, их отделы и содержание продукции; правила покупки товаров. Уметь выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности. Правила поведения в торговом зале

Выполнение правил безопасности труда во время приготовления пищи. Форма нарезки овощей. Салаты из овощей и фруктов.

Приготовление фруктового салата. Чистка сырых овощей. Нарезка сырых овощей.

Приготовление овощного салата. Чистка сырых овощей. Нарезка сырых овощей.

Чистка сырых овощей. Нарезка сырых овощей. Первые блюда. Значение первых блюд в питании. Классификация супов по способу приготовления.

Практические занятия. Приготовление супа из свежих овощей.

Картофельное пюре.

Изделия из круп. Питательная ценность круп, обработка. Приготовление каши гречневой.

Макароны. Блюда из макарон.

Полуфабрикаты, выбор и приготовление. Колбасные изделия, выбор и приготовление, сочетание с другими продуктами.

Технические сведения: Первичная обработка овощей. Сортировка, мойка, чистка, мойка овощей. Нарезка овощей. Сортировка, обработка круп. Обработка мяса. Нарезка мяса. Правила техники безопасности при работе с ножом. Правила покупки товаров, поведения в торговом зале.

Умения: Правильно держать нож в руке, пользоваться маркированными разделочными досками. Сервировка стола. Выбирать необходимые продукты питания с учетом срока годности.

Сервировка стола. Культура поведения за столом.

Что такое сервировка стола - подготовка и оформление стола для приема пищи. Набор предметов для этой сервировки минимален и зависит от ассортимента блюд.

Форма занятия: урок-объяснение, сюжетно-ролевая игра, мастер-класс, экскурсия.

Методическое обеспечение: использование объяснительно-иллюстративных, исследовательских методов и приёмов обучения. Самостоятельной работы и работы по образцу.

Дидактическое обеспечение: наглядные пособия, таблицы, технологические карты.

### **Основы ведения домашнего хозяйства, способы оказания элементарной первой помощи (7 часов)**

Оказания первой помощи при порезе, ожоге.

Правила использования медицинских средств для обработки незначительных ран, накладывание различных видов повязок.

Умения: Правильно обработать незначительную рану, наложить повязку, узкая повязка для небольших порезов, бактерицидный пластырь для ран пальцев рук.

Методическое обеспечение: использование объяснительно-иллюстративных, методов и приёмов обучения.

Дидактическое обеспечение: наглядные пособия, иллюстрации.

Глажение одежды. Стирка одежды.

Технические сведения: Сортировка одежды для ремонта, глажения, стирки. Правила глажения. Правила техники безопасности при работе с иглой, ножницами, стиральной машинкой. Техника безопасности при работе с утюгом.

Замачивание, стирка вещей в стиральной машине.

Форма занятия: урок-объяснение, сюжетно-ролевая игра, мастер-класс.

Методическое обеспечение: использование объяснительно-иллюстративных, методов и приёмов обучения. Самостоятельной работы и работы по образцу.

Дидактическое обеспечение: наглядные пособия, таблицы, технологические карты.

Платежные документы, их хранение.

Экскурсия на почту.

Экскурсия в сбербанк.

Правила хранения документов, платёжных квитанций. Правила расчёта за электроэнергию. Правила поведения на почте, в сбербанке.

Умения: Составлять заявление, находить серию, номер в паспорте гражданина РФ, рассчитывать электроэнергию, хранить официальные документы (паспорт, пенсионное удостоверение, проездной билет и т.д.), платёжные квитанции.

Формы занятий: экскурсия, соревнование, викторина.

Методическое обеспечение: использование объяснительно-иллюстративных, исследовательских и репродуктивных методов и приёмов обучения.

Дидактическое обеспечение: заявлений, наглядные пособия, схемы.

**Итоговое занятие (1 час)**

### Диагностический инструментарий

для определения уровня сформированности социально-бытовых навыков, знаний и умений

№п/п	Критерий оценки	Уровень сформированности	
		Сентябрь 2021г	май 2022г
1.	Знание названия и назначения бытовых и кухонных приборов, умение пользоваться		
2.	Знание названия, назначения и свойств основных		

	продуктов питания		
3.	Знание названий блюд, технологии приготовления		
4.	Назначение, использование денежных средств, умение пользоваться		
5.	Знание названия и назначения основных видов одежды, постельных принадлежностей		
6.	Знание о необходимых в повседневной жизнедеятельности действий: поход в магазин, аптеку, сбербанк и т.д.		
7.	Отношение к труду, самостоятельность в работе		

#### **4. Материально-техническое обеспечение (условия реализации программы)**

Программа будет успешно реализовываться при соблюдении следующих условий:

Наличие светлого, просторного кабинета рассчитанного только для работы.

*Кабинет домоводства*

- Кухонный гарнитур с навесными шкафами,
- мойка столная бытовая с сушилкой,
- плита электрическая,
- пылесос,
- стиральная машина,
- стол,
- холодильник,
- сушилка для вещей,
- шкаф для одежды,
- электрочайник, электроутюг,
- производственный и хозяйственный инвентарь,
- мебель (стол, стулья).

#### **5. Ожидаемые результаты реализации программы.**

**В результате обучения по программе «Смотри в будущее!» воспитанники получают знания:**

- пищевая ценность продуктов;
- способы приготовления и оформления блюд;
- правила подачи блюд;
- правила поведения за столом;
- правила поведения в магазине;
- правила по технике безопасности при кулинарных работах;
- правила по санитарно-гигиеническим требованиям;
- правила обращения с медицинскими средствами для обработки незначительных ран;
- правила ухода за одеждой, постельными принадлежностями;
- правила хранения, заполнения заявлений, платёжных документов.

**Воспитанники приобретут умения:**

- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;
- приемы тепловой кулинарной обработки;
- сервировать стол;
- соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования;
- готовить и украшать готовые блюда;
- соблюдать правила по технике безопасности;
- правильно вести себя за столом, в магазине, на почте, в сбербанке;
- мыть посуду, мебель и оборудование;
- обрабатывать незначительные раны при порезах, ожогах;
- накладывать различные виды повязок;
- стирать одежду, гладить вещи;
- заполнять заявления, платёжные документы.

## **6. Список литературы**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования;
3. СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
4. О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МОРФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
5. Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
6. О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами. (Письмо МОРФ N АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г.)
7. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ) .
8. «Программа для глубоко умственно-отсталых детей», Издательство «Москва» 1984г. Академия наук дефектологии.
9. «Справочник-лечебник», Пайков В.Л. доктор медицинских наук, профессор, Санкт-Петербург РЕСПЕКС, 1998г.
10. «1000+1 совет хозяйке на кухне», Н.Лебедев., Минск ООО «Кузьма» 1999г.
11. «Лабиринты здоровья», А.Я.Тихонова, Киев «Тамед» 1997г.
12. «Химия в быту», А.М.Юдин, В.Н.Сучков, 1982г.
13. «Внеклассные занятия по труду во вспомогательной школе», В.И.Антипов, Москва.

