

Санкт-Петербургское государственное автономное стационарное учреждение
социального обслуживания населения
«Дом социального обслуживания «Иверский» имени В.Г. Горденчука
(СПб ГАСУСОН «ДСО «Иверский»)

ПРИНЯТА

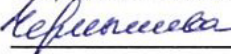
Педагогическим советом

Протокол № 1

от 29.08.2025

Председатель

Педагогического совета

 Чернышева Т.Н.



УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 105-02/25

от 29.08.2025

Директор СПб ГАСУСОН

«ДСО «Иверский»

 Белая С.В.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«**Прачечное дело**» общекультурного уровня

от 18 до 65 лет

/на какой возраст рассчитана программа/

Срок реализации программы 1 год

Разработчик: Смирнова Любовь Юрьевна, педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Прачечное дело» общекультурного уровня имеет **социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность.**

Содержание программы направлено на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в хозяйственно-бытовой деятельности;
- выявление, развитие и поддержку трудовых навыков обучающихся для успешной интеграции в социум;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся.

Актуальность. Стратегия государственной социальной политики заключается в создании условий для независимой жизнедеятельности инвалидов. Но полноценная жизнедеятельность большинства инвалидов невозможна без социальной реабилитации, в том числе **без развития навыков и умений хозяйственно - бытового труда и самообслуживания.**

Умение вести хозяйство складывается из привычных для людей, живущих в семьях, обязанностей и дел, которые на первый взгляд просты. Однако, далеко не все обучающиеся Реабилитационного центра способны самостоятельно решить повседневные проблемы, что развивает у них чувство неуверенности в себе.

Овладение даже простыми навыками прачечного дела, ремонта одежды позволит обучающимся быть уверенными в себе, самостоятельно решать свои проблемы в быту, оказывать помощь окружающим людям. Особенно это важно для тех, кто собирается в дальнейшем жить самостоятельно.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы в условиях психоневрологического интерната заключается в создании условий для формирования элементарных трудовых навыков, что позволит обучающимся успешно реализовывать себя в хозяйственно-бытовой деятельности.

Отличительные особенности. Программа является адаптированной, при её составлении учитывались возрастные, психофизические и индивидуальные особенности и возможности обучающихся Реабилитационного центра дома социального обслуживания.

Программа построена с учетом основных дидактических принципов обучения: практической направленности, доступности, наглядности, постепенного усложнения учебных задач и увеличения объема информации, учета особенностей познавательной деятельности и индивидуального подхода. Материал программы составлен концентрично, с многократным повторением изученных тем и преобладанием часов на практическую деятельность.

В программу вводится значительный объем познавательных сведений, касающихся способов выполнения той или иной операции, различных видов трудовой деятельности и профессиональные термины по уходу за одеждой. Овладение этими знаниями является важным элементом в интеграции в социум.

Образовательный процесс организован с учетом особых психофизических и индивидуальных потребностей каждого обучающегося и ориентирован на расширение их потенциальных возможностей к овладению элементарными практическими навыками по уходу за одеждой.

Адресат программы: программа «Прачечное дело» (общекультурный уровень) предназначена для обучения инвалидов с ментальными нарушениями

Уровень усвоения программы – общекультурный.

Результативность освоения программы заключается в:

- освоении планируемых результатов;
- презентации результатов на уровне учреждения.

Срок реализации программы – 1 год.

Объём образовательной программы: 168 часов, 2 раза в неделю по 2 часа;

Цель программы: повышение уровня социализации обучающихся через обучение их основам

ведения домашнего хозяйства и вовлечение в полезную практическую деятельность.

Основными задачами программы являются:

Обучающие

- формирование интереса к хозяйственно-бытовому труду;
- знакомство обучающихся с личной профессиональной гигиеной, правилами безопасного труда и противопожарной безопасности при работе в прачечной, швейной мастерской;
- обучение приемам безопасной работы с различными инструментами и приспособлениями;
- знакомство с видами белья и одежды, основным и вспомогательным оборудованием, этапами и технологическим процессом обработки белья, а также видами и свойствами материалов, необходимых для ухода за одеждой.

Развивающие

- формирование устойчивого внимания, увеличение объема памяти и активизации коммуникативных функций, умение работать в коллективе;
- развитие понятийного аппарата за счет многократного объяснения значений выполняемых действий,
- обогащение и активизация словарного запаса за счет овладения профессиональными терминами;
- развитие общей и мелкой моторики, координации движений через коррекционные упражнения.

Воспитательные

- развитие умения работать в паре, группе, коллективе;
- формирование ответственности за выполнение задания, поручения;
- воспитание положительного отношения к труду, интереса к национальным традициям, желания трудиться и применять полученные трудовые навыки в повседневной жизни.

Планируемые результаты усвоения программы

Предметные результаты освоения программы:

- владение основными понятиями и специальными терминами, необходимыми в работе;
- формирование навыков выполнения технологических операций по уходу за одеждой;
- знание приемов безопасной работы с различными инструментами и приспособлениями.

Метапредметные результаты освоения программы:

- Ориентирование в задании (анализировать объект труда, условия работы);
- умение планировать предварительно ход работы (устанавливать логическую последовательность операций, определять приемы работы и инструменты, необходимые для их выполнения);
- контроль своей работы (определение правильности действий и результатов, оценка качества выполненных трудовых операций);
- выполнение практических заданий (практической работы) с опорой на инструкционную карту; при необходимости внесение коррективы в выполняемые действия;
- возможность применения в повседневной жизни приобретенных навыков и умений;
- умение принимать и сохранять учебные цели и задачи на практическом уровне;
- умение контролировать и оценивать свои действия, исправлять свои ошибки.

Личностными результатами изучения программы являются:

- сформированность таких личностных качеств как трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость;
- способность к коммуницированию, сочувствию и состраданию другим людям;
- активность, нацеленность на продуктивную деятельность и решение возникающих проблем;
- нацеленность на здоровый образ жизни и стремление его соблюдать.

Организационно – педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы – русский

Форма обучения – очная

В период временных ограничений, связанных с эпидемиологической ситуацией, программа может реализовываться с применением дистанционных образовательных технологий, в том числе отдельных этапов видео занятий (заданий, упражнений, кроссвордов, тестов, игр для самостоятельной работы с учетом психофизических особенностей обучающихся и требований

безопасной работы) и мастер-классов по уходу за одеждой, а также просмотра образовательных сюжетов, соответствующих содержанию программы и т. д.

Особенности реализации образовательной программы

Реализация программы осуществляется различными **методами обучения**: словесным (рассказы, беседы, инструкции), наглядным (рассматривание иллюстраций, таблиц, схем, коллекций, плакатов, демонстрация приёмов), практическим (упражнения, лабораторные и практические работы, экскурсии). Для поднятия мотивации к обучению используются дидактический материал и разнообразные игровые ситуации.

Доминирующим методом является практический, поскольку для приобретения устойчивых навыков и умений требуется длительное время на их отработку. Знакомство с теоретическим материалом на занятиях по любому разделу программы должно продолжаться не более трети от общей продолжительности времени. Остальную часть занятия занимают практические задания. Количество часов на темы и порядок их прохождения могут изменяться педагогом в зависимости от имеющихся условий обучения.

В процессе обучения также возможно проведение корректировки сложности заданий и внесение изменений, исходя из опыта обучающихся и степени усвоения ими учебного материала.

Для проведения занятий необходим кабинет, оборудованный материально-техническими и методическими материалами.

Формы и режим занятий: подгрупповые и индивидуальные

Продолжительность занятий – 45 минут.

Условия набора и формирования подгруппы

К освоению данной программы допускаются лица без предъявления требований к уровню образования. Рекомендовано наполнение подгруппы до 6 человек.

Возможен дополнительный набор обучающихся в течение учебного года.

Прием обучающихся осуществляется по результатам входной диагностики, собеседования с педагогом (руководителем объединения), для определения уровня знаний, умений и навыков, необходимых для освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Материально-техническое обеспечение

- Машина стиральная
- Иглы швейные
- Аппарат сушильный
- Ножницы
- Ведро пластмассовое 10л
- Нитки х\б (в ассортименте)
- Доска гладильная
- Пуговицы (в ассортименте)
- Стеллаж стационарный
- Тесьма эластичная (бельевая резинка)
- Стол рабочий
- Булавки портновские
- Стойка передвижная
- Булавки английские
- Сушилка для белья
- Инструкционные карты
- Вешалки для одежды (в ассортименте)
- Распарыватель
- Таз полиэтиленовый
- Утюг

- Доска магнитная
- Термометр
- Часы
- Тележка для сухого белья
- Тележка для прачечной

Учебный план

Раздел	Тема	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
			всего	теория	практика	
1	Введение (12 ч.)					
	1.1	Знакомство с профессиями (прачка, швея)	2	1	1	Собеседование Входная диагностика
	1.2	Введение в курс обучения. Основы гигиены труда. Организация рабочего места.	10	4	6	Собеседование Совместный анализ практической работы
2	Материаловедение 14 ч.)					
	2.1	Виды белья и одежды. Моющие средства. Назначение. Дозировка моющих средств.	10	4	6	Собеседование Совместный анализ практической работы
	2.2	Ткани. Нитки. Виды, назначение.	4	1	3	Собеседование Совместный анализ практической работы
3	Инструменты и приспособления (12ч.)					
	3.1	Основное и вспомогательное оборудование для стирки. Правила подбора. Приемы работы. Правила безопасной работы.	6	2	4	Собеседование Совместный анализ практической работы
	3.2	Инструменты и приспособления для шитья. Виды. Назначение. Правила безопасной работы.	6	2	4	Собеседование Совместный анализ практической работы
4	Технологический процесс (102ч.)					
	4.1	Последовательность операций по обработке белья.	24	8	16	Собеседование Совместный анализ практической работы
	4.2	Подготовка белья к стирке. Ручная стирка. Машинная стирка. Сушка. Виды сушки. Утюжение и складывание белья.	50	10	40	Собеседование Совместный анализ практической работы

	4.3	Мелкий ремонт одежды	18	4	14	Собеседование Совместный анализ практической работы
	4.4	Вдевание резинок. Пришивание пуговиц.	8	2	6	Собеседование Совместный анализ практической работы
	4.5	Итоговое занятие	2	1	1	Самостоятельная практическая работа Итоговая диагностика
5	5.1	Закрепление тем по разделам программы «Прачечное дело» общекультурного уровня (28 ч.)	28	8	20	Самостоятельная практическая работа
ИТОГО:			168	47	121	

Календарный учебный график

Год обучения	Начало обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
Одногодичная	4 сентября 2025 года	28 августа 2025 года	42	168	2 раза в неделю по 2 часа

Оценочные результаты

Способы определения результативности:

- входной контроль: входная диагностика, собеседование, наблюдение.
- текущий контроль: опрос, анализ практических работ, наблюдение.
- итоговая диагностика: подведение итогов реализации программы по окончании обучения.

Формы подведения итогов реализации программы

- выполнение различных социально-бытовых действий в условиях учреждения и социума: уход за одеждой (использование моющих и дезинфицирующих средств, обработка белья перед стиркой, стирка и полоскание белья вручную, глажка и т. д.)
- участие в фестивалях и конкурсах различного уровня.

Формы фиксации образовательных результатов освоения программы

Методы диагностики:

- Наблюдение. Методом наблюдения педагог оценивает параметры ценностно-личностных качеств. Наблюдение ведется непрерывно в течение всего периода обучения.
- Выполнение практических и самостоятельных заданий, тестовых заданий, индивидуальных контрольных заданий, решение ситуационных задач.
- Анализ выполнения практических операций. Для анализа педагог суммирует результаты отдельно выполненных практических заданий, и оценивает самостоятельное выполнение практической работы, т.е. приобретение устойчивого трудового навыка.
- Опрос/беседа. Используется для знакомства с обучающимся, налаживания контакта, установления изменений после долгого отсутствия, создания положительного микроклимата.

Проверка усвоения теоретических знаний и сформированности практических навыков по дополнительной общеразвивающей программе «Прачечное дело» (общекультурный уровень) проводится в виде диагностики результативности усвоения знаний и навыков в рамках программы. Результаты проверки оцениваются по пятибалльной системе.

По результатам контрольной диагностики педагог имеет возможность определить направления дальнейшей работы для каждого обучающегося.

Диагностика результативности усвоения программы «Прачечное дело» общекультурного уровня

№ п/п	Знания, умения, навыки	Сроки обследования		
		Входная диагностика /сентябрь/	Текущий контроль /декабрь/	Итоговая диагностика /май/
1	Соблюдение правил личной гигиены			
2	Безопасное использование инструментов для шитья			
3	Правила безопасной работы в прачечной			
4	Назначение швейных принадлежностей			
5	Безопасное использование оборудования для стирки			
6	Предметы стирки			
7	Назначение оборудования для стирки белья			
8	Уход за оборудованием в прачечной			
9	Виды сортировки белья			
10	Подготовка белья к стирке (сухая чистка швов)			
11	Застирывание белья			
12	Замачивание белья			
13	Стирка белья вручную			
14	Определение лицевой и изнаночной сторон ткани			
15	Определение длины рабочей нитки			
16	Вдевание нитки в иглу			
17	Завязывание узелка на конце нитки			
18	Включение стиральной машины			
19	Включение сушильной машины			
20	Складывание чистого белья			
21	Вдевание резинки в изделие			
22	Подбор ниток для ремонта белья			
23	Назначение гладильного оборудования			
24	Правила пользования утюгом			
25	Хранение швейных принадлежностей			
Всего баллов:				

Условия обозначения: 1 балл - не выполняет

2 балла - выполняет только в совместной деятельности

3 балла - выполняет под контролем

4 балла – выполняет под частичным контролем

5 баллов - выполняет самостоятельно

Максимальное количество баллов: $25 * 5 = 125$

Методическое обеспечение:

- учебно-методическая и справочная литература (методические пособия, научно-популярная литература);
- наглядный материал (плакаты по правилам противопожарной безопасности и безопасной работе, коллекции тканей, фурнитуры, средств для стирки белья, символов маркировки белья, символов на ярлыках одежды);
- дидактический материал (технологические карты и схемы, тематические альбомы, таблицы, карточки по темам программы, развивающие игры по предмету).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ананасова Л.П. Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: Просвещение, 2002.
2. Баряева Л.Б., Яковлева Н.Н. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. СПб.2011.
3. Бгажнокова И.М. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта. М., 2007.
4. Бешенкова А.К. Трудовое обучение 4 кл. - М.: Просвещение, 1998.
5. Богомолова Л. Социально-трудовая адаптация умственно отсталых детей в домах-интернатах. М., 1988.
6. Виноградова А.Д., Липецкая Е.И. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка. – М.: Просвещение, 1985.
7. Воронкова В.В. Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 классы. - М., 2001.
8. Воронкова В.В., Казакова С.А. Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. - М., 2007.
9. Голуб Б.А. Основы общей дидактики. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 1999.
10. Ермакова В.И. Кулинария. – Москва: Просвещение, 1999.
11. Коррекционная педагогика. / Под редакцией Б.П. Пузанова – Москва: Академия, 1998.
12. Маллер А.Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии. Практическое пособие. - М., 2002.
13. Новая модель обучения в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида. / Под редакцией А.М. Щербаковой. - М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2001.
14. Программа «Социальная адаптация глубоко умственно отсталых подростков 14-18 лет в условиях детского дома-интерната; МИН СО РСФСР. - М., 1986.
15. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный, 1-4 классы. - М., 2004.
16. Пузанов Б.П. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития (олигофренопедагогика). Учебное пособие. - М., 2001.
17. Социально-бытовая ориентировка учащихся в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях VIII вида / Девяткова Т.А. и др. - М., 2008.
18. Технология. Трудовое обучение. - Москва: Просвещение, 2002.
19. Шипицина Л.М. Человек и труд. – СПб. Образование, 1996.
20. Щербакова А.М. Программно- методическое обеспечение для 10-12 классов с углубленной трудовой подготовкой в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида. / Щербакова А.М., Платонова Н.М.- М., 2006.
21. Щербакова А.М. Трудовое обучение в специальных (коррекционных) школах VIII вида. Сборник программ. Новые ученые программы. - М., 2001.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеразвивающей программы
«Прачечное дело» общекультурного уровня
Содержание программы обучения

1. Введение

Теоретическая часть. Знакомство с предметами «Стирка одежды», «Ремонт одежды». Профессия прачки, швеи. Обязанности, значение труда.

Личная гигиена прачки, швеи. Гигиена труда и организация рабочего места. Правила безопасного труда и противопожарной безопасности при работе в прачечной, швейной мастерской.

Методы. Экскурсия на ЛТО. Беседа с инженером по противопожарной безопасности, разъяснение, многократное повторение.

Практическая часть. Знание и выполнение обязанностей прачки, швеи. Умение организовать рабочее место. Соблюдение правил личной и профессиональной гигиены. Знание и соблюдение правил безопасного труда и противопожарной безопасности.

2. Материаловедение

Теоретическая часть. Знакомство с видами белья и одежды. Виды и назначение. Моющие средства. Виды, назначение. Дозировка. Правила безопасной работы, хранение.

Виды нитей, тканей. Хлопчатобумажные и синтетические ткани. Назначение.

Методы. Показ одежды различного назначения. Показ видов ткани. Знакомство с видами моющих средств. Беседа, разъяснение, многократное повторение, дидактические игры.

Практическая часть. Умение различать и называть х/б и синтетические ткани. Знание назначения различных видов одежды и белья.

Знание и различение видов моющих средств, их свойств. Знание использования и хранения.

3. Инструменты и оборудование

Теоретическая часть. Знакомство с автоматической стиральной машиной. Назначение. Правила пользования. Правила включения и выключения машины. Правила загрузки белья. Уход за стиральной машиной. Техника безопасного труда и противопожарной безопасности при работе на стиральной машине.

Знакомство с автоматической сушильной машиной. Назначение. Правила пользования. Правила включения и выключения машины. Правила загрузки белья. Уход за сушильной машиной. Правила безопасного труда и противопожарной безопасности при работе на сушильной машине.

Виды утюгов и их назначение. Правила безопасного труда и противопожарной безопасности при работе с утюгом.

Виды и назначение гладильного оборудования (столы, доски). Правила пользования. Уход за гладильным оборудованием и техника безопасности при работе.

Виды вспомогательного оборудования. Назначение. Правила безопасной работы с оборудованием. Уход и хранение.

Общее понятие об инструментах швеи. Виды инструментов. Швейная игла.

Ножницы. Виды: канцелярские, портновские, садовые. Назначение и применение.

Правила безопасного труда при работе с иглой и ножницами.

Методы. Беседа. Показ правил пользования стиральной и сушильной машинами. Многократное повторение, устный опрос, практические упражнения. Экскурсия в прачечную. Демонстрация, показ и рассматривание различных видов утюгов и гладильного оборудования.

Демонстрация, показ и рассматривание различных видов вспомогательного оборудования, практические упражнения по работе с оборудованием.

Показ инструментов, плакатов, таблиц, показ способов действия, многократное повторение, устный опрос, практические упражнения.

Практическая часть. Знание стиральной и сушильной машин, их назначение. Владение навыком пользования машинами. Соблюдение правил безопасного труда при работе.

Различение и называние видов гладильного оборудования. Владение навыками пользования и безопасной работы.

Различение и называние видов вспомогательного оборудования. Знание и умение пользования, назначение и правила безопасности.

Знание и называние рабочих инструментов швеи. Использование инструментов по назначению.

Соблюдение правил безопасного труда при работе с инструментами. Соблюдение правил хранения.

4. Технологический процесс

Теоретическая часть. Последовательность операций по обработке белья. Сортировка белья. Сухая чистка швов. Застирывание наиболее загрязненных участков. Замачивание в мыльно-щелочном растворе. Стирка. Полоскание. Отжим. Сушка. Утюжка. Складывание белья для хранения.

Подготовка белья к стирке.

Подготовка инвентаря для ручной стирки и приготовление мыльно-щелочного раствора.

Подготовка машины к стирке: определение количества белья и подбор моющего средства.

Определение вида сушки. Правила загрузки белья в сушильную машину. Способы вывешивания белья для просушки.

Этапы утюжки постельного и столового белья. Простейшие способы складывания белья для хранения

Определение дефекта одежды.

Подбор и определение длины бельевой резинки. Подбор инструмента, резинки. Назначение бельевых булавок. Отработка навыка вдевания резинки.

Подбор пуговиц к одежде. Назначение, применение, виды. Подбор пуговиц по цвету. Отработка навыка пришивания пуговиц с двумя отверстиями.

Знакомство с понятием маркировка белья. Назначение маркировки: обозначение названий волокон и способ обработки изделия.

Методы. Показ и разъяснение различных этапов обработки белья, многократное повторение, устный опрос. Практические упражнения по обработке белья перед стиркой.

Показ и разъяснение. Многократное повторение. Практические упражнения по определению этапов обработки белья.

Показ и разъяснение. Многократное повторение. Практические упражнения по утюжке белья.

Демонстрация, показ и многократное повторение способа действия, практические упражнения по отработке навыка вдевания резинки.

Демонстрация, показ и многократное повторение способа действия, практические упражнения по отработке навыка пришивания пуговиц с двумя отверстиями.

Практическая часть. Владение навыком обработки белья перед стиркой, соблюдая последовательность этапов, стирки и полоскания белья вручную. Знание правил хранения грязного и чистого белья.

Умение пользоваться электроутюгом, соблюдая правила безопасной работы. Владение навыком последовательной утюжки мелких вещей.

Владение навыком вдевания резинки, навыками пришивания пуговиц с двумя отверстиями.

Знание назначения маркировки медицинских халатов и полотенец, умение пользоваться маркировкой.

Итоговое занятие проводится в форме диагностики качества знаний, умений и навыков по программе «Прачечное дело» (общекультурный уровень)

5. Закрепление тем по разделам программы «Прачечное дело» (общекультурный уровень)

Отработка навыков по темам: «Организация рабочего места», «Сортировка белья», «Подготовка белья к стирке», «Ручная стирка», «Машинная стирка», «Мелкий ремонт одежды».