****

**Пояснительная записка**

 Ни для кого не секрет, что одним из важных моментов в жизни детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является переход из- под опеки в детском доме к самостоятельной жизни. Зачастую теоретических знаний в социально-бытовой области и навыков хозяйственно-бытового обслуживания выпускникам детского дома не хватает, поэтому воспитанник-выпускник не умеет расходовать деньги на приобретение продуктов, вещей, предметов первой необходимости. Ему сложно самому спланировать и проконтролировать свое поведение, принять правильное решение.

Наш детский дом - не исключение, и мы сталкиваемся с этой проблемой. Воспитанникам-выпускникам недостаточно качественно обучаться в школе, посещать творческие, спортивные объединения и секции, занимать активную жизненную позицию. Им просто, подчас, не хватает элементарных, на первый взгляд, навыков: спланировать и приготовить завтрак, обед и ужин, рационально распределить бюджет, постирать вещи в стиральной машине, устранить течь в кране, эффективно распределить свободное время и много других бытовых мелочей.

 Решением задачи подготовки воспитанников к самостоятельной жизни на этапе выпуска из организации для детей-сирот может оборудованная учебная квартира, в которой воспитанники смогут жить самостоятельно, отрабатывая на практике социально-бытовые и коммуникативные навыки. Большая роль в этом процессе отводится педагогам-наставникам, которые осуществляют их сопровождение на протяжении всего тренировочного периода самостоятельного проживания.

 Идея помощи воспитанникам-выпускникам в подготовке к самостоятельной жизни легла в основу программы «Территория самостоятельности».

 Программа разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации, Семейного кодекса Российской Федерации, Конвенции о правах ребенка, Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 21.12.1996 № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей», Федеральным законом от 24.07.998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», законом Кемеровской области от 05.07.2013 № 86-ОЗ «Об образовании».

 Учебная квартира играет роль своеобразного социального адаптера - с одной стороны она изменяет социальные условия, а с другой - формирует у воспитанника навыки, необходимые для адаптации в социуме. Она предоставляет будущему выпускнику возможность для осмысления и апробации полученных ранее знаний, умений и навыков, перехода на качественно новый уровень подготовки, который характеризуется способностью решать реальные жизненные задачи.

 **Целью** даннойпрограммы являетсяподготовка воспитанников-выпускников 9 класса к самостоятельной жизни, формирование и отработка универсальных и социально-бытовых умений и навыков.

 **Достижение данной цели реализуется через решение следующих задач:**

1. Формировать и закреплять у воспитанников, проживающих в учебной квартире навыки самостоятельного проживания, планирования бюджета, организации режима дня, ведения домашнего хозяйства, хозяйственно-бытового труда.

2. Способствовать формированию у воспитанников навыков целеполагания, планирования, оценки результатов собственной жизнедеятельности, активной, деятельной и ответственной позиции по отношению к собственной жизни.

 3. Развивать мотивацию на принятие активной социальной роли, навыков взаимодействия.

 **Новизна** программы заключается в том, что подготовка воспитанников к самостоятельной жизни осуществляется с учетом требований постановления Правительства Российской Федерации от 24 мая 2014 г. № 481 «О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей» на базе специально созданной в организации для детей-сирот учебной квартире для воспитанников-выпускников 9 класса, моделирующей условия самостоятельного проживания. Воспитанники погружаются в ситуацию, приближенную к реальности, имеется определенная сумма условных денег, условия и задачи, в частности: организовать быт, спланировать день, меню, приготовить пищу, осуществить санитарно-гигиенические процедуры, и все это – самостоятельно, без вмешательства взрослого.

 Программа построена с учетом следующих **принципов:**

1. Принцип комплексности и целостности  предполагает тесную взаимосвязь всех сторон воспитательно-образовательного процесса с реальными социально-экономическими условиями в оптимальном соотношении.
2. Принцип индивидуального личностного подхода к воспитанникам.
3. Принцип систематичности и последовательности изучаемого материала.
4. Принцип добровольности участия воспитанников и желание освоения самостоятельного проживания.

 **Педагогическая целесообразность** программы определена тем, что позволяет формировать у воспитанников организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социально-бытовые, социально-экономические и коммуникативные умения и навыки, необходимые им для самостоятельной организации жизнедеятельности.

 **Срок реализации программы**: 1 год.

 **Целевая группа программы**: воспитанники организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающиеся в 9 классе.

Для успешной реализации модульной программы необходимо обеспечить следующие психолого-педагогические **условия:**

1. Создать на базе учебной квартиры условия максимально приближенные к реальным условиям самостоятельной жизни.
2. Стимулировать проявления самостоятельности воспитанников при решении задач организации самостоятельной жизни.
3. Поощрять инициативность воспитанников при обустройстве жилого помещения.
4. Обеспечить психолого-педагогическую поддержку и сопровождение процесса самостоятельного проживания воспитанников, избегая опеки. **Программа направлена на:**
* отработку и закрепление навыков самостоятельного проживания, самообслуживания при проживании в учебной квартире;
* закрепление навыков целеполагания и планирования в различных сферах жизни, сознательного и ответственного отношения к принятию жизненно-важных решений;
* формирование позитивных моделей межличностного общения в условиях самостоятельного проживания.

 О результативности работы по подготовке воспитанников детского дома к самостоятельной жизни можно говорить лишь при комплексном подходе и совместной деятельности всех служб образовательной организации.

 Модульное построение программы позволяет осуществлять комплексный подход к освоению основных навыков самостоятельного ведения домашнего хозяйства и способствует формированию у воспитанников необходимых социально-бытовых умений и навыков.

 Реализация программы предполагает освоение следующих **модулей:**

* Санитарная гигиена.
* Режим дня.
* Организация питания.
* Экономия энерго и водных ресурсов.
* Опрятный внешний вид.
* Здоровый образ жизни.
* Правильное распределение времени труда и отдыха.
* Совместное проживание с другими воспитанниками.

  **Этапы и механизмы реализации программы:**

 В течение 1 месяца два девятиклассника проживают в учебной квартире, отрабатывают социально-бытовые умения и навыки, выполняют определенные роли, и, как результат, защищают итоговую работу. Далее происходит заселение на 1 месяц следующей пары воспитанников. Таким образом, в ходе реализации программы, планируется организовать проживание всех воспитанников-выпускников детского дома, обучающихся в 9 классе.

 **Данная программа включает в себя реализацию**

 **3 основных этапов:**

 **1 этап – подготовительный**, планирующий:

Отправной точкой реализации программы самостоятельного проживания является высказанное воспитанником желание попробовать жить самостоятельно, исходя из этого следует:

* составление заявления воспитанника о проживании в учебной квартире и знакомство с целью программы;
* разработка внутреннего распорядка или режим дня воспитанников, проживающих в квартире, и правила проживания в учебной квартире;
* разработка памяток для каждого помещения, инструкции и советы по использованию бытовых приборов и оборудования, памятки по технике безопасности; ознакомление с этими документами воспитанников;
* проведение педагогом-психологом диагностики готовности воспитанников к самостоятельной жизни исследование уровня социального развития воспитанников;
* проведение педагогом-психологом совместно с педагогом-наставником, тренинга для воспитанников-выпускников 9 класса «Мы вместе»;
* сбор информации воспитанниками для создания сборника «Меню на каждый день».

 **2 этап – основной**, включающий:

* заселение двух воспитанников в учебную квартиру;
* ознакомление с правилами проживания и проведение инструктажа по технике безопасности;
* составление плана проживания с учётом результатов входящей диагностики, обсуждение и составление «Меню на каждый день»;
* посещение торговых центров, изучение цен на продукты, товары первой необходимости;
* самостоятельное проживание воспитанников;
* распределение самостоятельно денежных средств, приобретение продуктов, товаров первой необходимости;
* вовлечение воспитанников в различные учебные ситуации (замена электрических ламп, устранение засора канализации, неисправности водопровода, встреча гостей);
* ведение «Дневника студента», фотоальбома «Моменты самостоятельной жизни»;
* оформление сборника рецептов «Меню на каждый день»;
* публикация ежемесячного отчета в рубрике «Новости из учебной квартиры» в школьном журнале «Домовенок».

**3 этап – заключительный**, предполагающий:

* проведение мониторинга педагогом-наставником: анкетирование проживающих воспитанников на выявление сформированности санитарно-гигиенических, социально-бытовых, учебных, навыков межличностного общения, направленных на позитивную адаптацию в обществе, анализ «Дневника студента»);
* организация фестиваля кулинарных рецептов «Меню на каждый день»;
* проведение мини педагогического совета на тему «Путевка в жизнь»;
* подведение итогов реализации программы (проведение тренинга «Мы вместе»);
* публикация итогового отчета в рубрике «Новости из учебной квартиры» в школьном журнале «Домовенок»;
* размещение на сайте детского дома результатов реализации программы «Территория самостоятельности».

Программа может быть использована педагогами организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, при организации воспитательной работы, направленной на подготовку воспитанников к самостоятельной жизни в условиях проживания в учебной квартире.

 **Учебная квартира должна обеспечить:**

* безопасность воспитанников;
* соответствие потребностям и физическим возможностям подростков, которым оно предоставляется;
* расширение сферы общения и социальных контактов, исключение социальной изоляции;
* самостоятельность и независимость в образе жизни и ведении хозяйства;
* комфортность проживания.

 **Ожидаемые результаты:**

 Реализация программы позволит формировать и закрепить (на уровне практики) у воспитанников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, жизненные, социальные и коммуникативные умения и навыки, необходимые для самостоятельной жизни.

В процессе самостоятельного учебного проживания в учебной квартире у воспитанников формируются следующие **жизненные умения и навыки:**

* владение навыками самообслуживания;
* приготовление пищи;
* соблюдение санитарно-гигиенических норм;
* уход за одеждой и обувью;
* совершение мелких покупок;
* взаимодействие с объектами социальной инфраструктуры;
* распределение имеющихся ресурсов (денежных, материальных, временных и т. д.);
* умение строить эффективную коммуникацию с окружающими;
* умение в повседневной жизни соблюдать социальные нормы;
* готовность принимать самостоятельные решения;
* способность делать осознанный  выбор в различных жизненных ситуациях;
* умение осуществлять самооценку и самоанализ своих действий;
* способность предвидеть последствия своих действий и готовность принимать на себя ответственность за эти действия;
* готовность соблюдать принятые на себя обязательства;
* умение самостоятельно планировать свои дальнейшие действия.

**План занятий для работы в учебной квартире**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| День | Тема занятий | теория | практика | всего |
| 1й | Вводный инструктаж по технике безопасности. | 1 | 0 | 1 ч |
| Понятие «меню». | 30 | 30 | 1 ч |
| 2й | Планирование и соблюдение режима дня.  | 30 | 30 | 1 ч |
| Блюда из яиц | 30 | 30 | 1 ч |
| 3й | Знакомство с бытовой техникой. | 1 | 0 | 1 ч |
| Технология приготовления супов. | 30 | 30 | 1 ч |
| 4й | Кухня и ее оборудование. | 1 | 0 | 1 ч |
| Молоко и молочные продукты.  | 30 | 30 | 1 ч |
| 5й | Моющие средства. | 1 | 0 | 1 ч |
| Рыба и морские продукты | 30 | 30 | 1 ч |
| 6й | Стирка вещей ручным и машинным способом | 30 | 30 | 1 ч |
| Фрукты и овощи  | 30 | 30 | 1 ч |
| 7й | Глажение белья  | 30 | 30 | 1 ч |
| Мясо и мясопродукты. | 30 | 30 | 1 ч |
| **2 неделя** |
| 8й | Магазины, торговые центры, рынки | 30 | 30 | 1ч |
| Блюда в духовке. | 30 | 30 | 1 ч |
| 9й | Гигиенические требования к жилому помещению  | 30 | 30 | 1 ч |
| Мука, мучные продукты, крупа. | 30 | 30 | 1ч |
| 10й | Питание и здоровье человека. | 1 | 0 | 1 ч |
| Полуфабрикаты | 30 | 30 | 1 ч |
| 11й | Значение опрятного вида человека | 30 | 30 | 1 ч |
| Макаронные изделия.  | 30 | 30 | 1 ч |
| 12й | Оказание первой медицинской помощи  | 30 | 0 | 30 м |
| ВыпечкаПриготовление пирога к чаю. | 30 | 1 | 1,5 ч |
| 13й | Коммунальные платежи. | 30 | 30 | 1 ч |
| Консервы и варианты блюд из них.  | 30 | 30 | 1 ч |
| 14й | Генеральная уборка в квартире | 30 | 30 | 1 ч |
| Понятие «длительное хранение». | 30 | 30 | 1 ч |
| **3 неделя** |
| 15й | Составление продуктовой корзины на неделю | 30 | 30 | 1 ч |
| Напитки и их приготовление.Приготовление компота. | 30 | 30 | 1 ч |
| 16й | Порядок приобретения товара, его оплата.  | 1 | 0 | 1 ч |
| Приготовление риса | 30 | 30 | 1 ч |
| 17й | Изучаем этикетку товара | 1 | 0 |  |
| Мясные подливы | 30 | 30 | 1 ч |
| 18й | Медицинские учреждения и виды медицинской помощи | 1 | 0 | 1 ч |
| Гарниры и их виды. | 30 | 30 | 1 ч |
| 19й | Устранение мелких неполадок | 30 | 30 | 1 ч |
| Витамины и их содержание в основных продуктах питания. | 30 | 30 | 1 ч |
| 20й | Экономическая игра. «Мой маршрут: магазин, банк, почта». | 1 | 0 | 1 ч |
| Питательная ценность продуктов | 30 | 30 | 1 ч |
| 21й | Домашняя экономика | 30 | 30 | 1 ч |
| Пряности и приправы. | 30 | 30 | 1 ч |
| **4 неделя** |
| 22й | Секреты ремонта домашней мебели | 30 | 30 | 1 ч |
| Соусы и их виды | 30 | 30 | 1 ч |
| 23й | Подготовка квартиры к зиме. | 1 | 0 | 1 ч |
| Сервировка стола к завтраку | 30 | 30 | 1 ч |
| 24й | Удаление пятен с мебели и одежды. | 30 | 30 | 1 ч |
| Сервировка стола к обеду | 30 | 30 | 1 ч |
| 25й | Домашняя аптечка | 1 | 0 | 1 ч |
| Сервировка стола к ужину | 30 | 30 | 1 ч |
| 26й | Досуг и его организация в семье | 30 | 30 | 1 ч |
| Пик- ник на природе | 30 | 30 | 1 ч |
| 27й | Обустройство жилого помещения | 1 | 0 | 1 ч |
| Что такое «Сбалансированное питание» | 30 | 30 | 1 ч |
| 28й | Прием гостей.  | 30 | 30 | 1 ч |
| Сервировка праздничного стола.  | 30 | 30 | 1 ч |

**Содержание тем**

**1й день**

1.Вводный инструктаж по технике безопасности

 **2.** Понятие «меню».

- правила составления меню завтрака, обеда и ужина.

- приготовление ужина «на скорую руку».

- практическое задание. Составление меню на неделю

- приготовление горячих бутербродов.

 **2й день**

1. Планирование и соблюдение режима дня

- понятие «Режим»

**-** обсуждение ориентировочного режима дня

- обсуждение режима выходного дня

-практическое задание «Планирование собственного режима дня»

1. Блюда из яиц.

- выбор и хранение яиц

- что такое «Категория»

- практическое задание. Приготовление блюда «Омлет»

**3й день**

1. Знакомство с бытовой техникой

- знакомство с видами бытовой техники: кухонные электроприборы (плита, холодильник, морозильная камера, микроволновая вечь), бытовая техника(телевизор, утюг), оргтехника (компьютер, ноутбук)

- индивидуальные правила по эксплуатации для каждого электроприбора

- правила ухода за бытовой техникой

**2.** Супы, бульоны

- виды бульонов, правила приготовления

- общие правила и «хитрости» приготовления супов

- основные этапы приготовления супов

- практическое задание. Приготовление «борща»

 **4й день**

1. Кухня и ее оборудование.

- правила ухода за кухонной мебелью и бытовой техникой.

-чистка и мытьё посуды. Уход за посудой из разных материалов (пластик, стекло, керамика, чугун, металл)

- этапы мытья посуды;

 -разделочные доски и уход за ними.

1. Молоко и молочные продукты.

- правила хранения, сроки годности;

-блюда из молока. Виды каш;

-практическое задание. Приготовление рисовой каши.

**5й день**

1. Моющие средства.

- классификация моющих средств по назначению;

- правила хранения и техники безопасности при работе с химическими средствами;

- состав бытовой химии и влияние на здоровье человека.

2. Рыба и морские продукты.

- правила выбора и хранения. Сроки годности.

- практическое задание. Приготовление жареной рыбы.

**6й день**

1. Стирка вещей ручным и машинным способом.

-подготовка вещей к стирке;

- правила замачивания, кипячения, отбеливания;

- стирка белья в стиральной машине;

- правила ручной стирки;

- средства для стирки, их виды

- практическая работа. Стирка вещей ручным способом

**2.**Фрукты и овощи.

- технология хранения;

 - разнообразие блюд из свежих овощей;

-Практическое задание. Приготовление салата из свежей капусты.

**7й день**

**1.** Глажение белья.

- правила глажения;

- техника безопасности при работе с утюгом;

- обозначение и расшифровка значков на ярлыках одежды.

- практическая работа. Утюжка постиранных вещей.

2. Мясо и мясопродукты.

- правила обработки, хранение.

 - приготовление котлет.

**8й день**

**1.**Магазины, торговые центры, рынки.

-продовольственные и промтоварные магазины, рынки, универсамы, торговые центры, их назначение;

-обсуждение понятия «товары первой необходимости»;

- практическое задание. Посещение торгового центра;

- изучение цен на продукты.

2. Блюда в духовке.

- способы приготовления;

- выбор нужного режима духовки для каждого способа приготовления;

- практическое задание. Приготовление запеченного картофеля с мясом.

**9й день**

1. Гигиенические требования к жилому помещению и меры по их обеспечению.

- повседневная сухая и влажная уборка жилого помещения;

-уход за мебелью в зависимости от её покрытия;

- использование в уборке электропылесоса;

- практическое задание. Полировка мебели.

1. Мука, мучные продукты, крупа.

- Правила выбора и хранения;

- практическое занятие. Приготовление блинов.

**10й день**

1. Питание и здоровье человека.

-Режим питания и важность его соблюдения.

- Что такое «ланч-бокс» и правила его сбора.

2. Полуфабрикаты.

- виды полуфабрикатов;

- способы приготовления;

- практическое задание. Приготовление вареников.

**11й день**

1. Значение опрятного вида человека.

-Поддержание обуви  в порядке;

-Поддержание одежды в порядке;

- правила пришивания пуговиц, вешалок, крючков, петель, зашивание

распоровшегося шва;

- практика. Пришивание вешалки.

1. Макаронные изделия.

- виды макаронных изделий;

- типы и формы макарон;

- правила выбора и хранения;

- варианты приготовления;

-практическое задание. Приготовление «Макарон по-флотски».

**12й день**

1. Оказание первой медицинской помощи.

- оказание первой медицинской помощи при ожогах, порезах;

- оказание первой медицинской помощи при отравлении;

- телефоны экстренных служб, вызов с мобильного телефона.

1. Выпечка

- виды выпечки;

- виды теста;

- способы приготовления;

-практическое задание. Приготовление пирога к чаю.

**13й день**

1. Коммунальные платежи.

-расчет показаний расхода электроэнергии с электросчетчика;

-расчет платы на коммунальные услуги;

- платежные документы, их хранение;

- практическое задание. Заполнение бланков для оплаты коммунальных услуг.

3. Консервы и варианты блюд из них.

- виды консервов;

- использование консервов в домашнем питании;

- практическое задание. Приготовление супа «Уха».

**14й день**

1. Генеральная уборка в квартире.

- зачем и как часто нужна генеральная уборка;

- «секреты» генеральной уборки;

-практическое задание. Уборка помещения, чистка мягкой мебели, мытье зеркал.

1. Понятие «длительное хранение».

- перечень продуктов для длительного хранения.

- классификация продуктов по срокам хранения;

- сушка, замораживание, соление, консервирование;

- Практическое задание. Приготовление салата «Зимний».

**15й день**

1. Составление списка продуктов на неделю

- зачем нужен список продуктов;

- правила составления списка продуктов;

- еще раз об экономии;

- практическое задание. Составление списка продуктов на неделю.

1. Напитки.

- виды напитков;

- способы их приготовления;

-практическое задание. Приготовление компота из сухофруктов.

**16й день**

1. Порядок приобретения товара, его оплата.

- цена и правила оплаты товара;

- хранение чека для возможности обмена товара

**2.**Приготовление риса.

- виды риса;

- способы приготовления риса;

- практическое задание. Приготовление плова.

**17й день**

1. Изучаем этикетку товара.

- торговые символы, этикетки, штрих-коды;

-Что можно прочитать на упаковке товара

- какую информацию можно найти на упаковке товара?

1. Мясные подливы

- способы приготовления;

- практическое задание. Приготовление мяса с подливом.

**18й день**

1. Медицинские учреждения и виды медицинской помощи.

- виды медицинских учреждений. Их назначение.

- виды медицинской помощи.

- вызов «скорой помощи» и врача на дом;

- оформление больничного листа.

**2.** Гарниры и их приготовление.

- виды гарниров;

- способы приготовления;

**-** практическое задание. Приготовление «Картофельного пюре».

**19й день**

1. Устранение мелких неполадок.

- как правильно подобрать и заменить электрическую лампу;

- Засор канализации, как с ним бороться;

- как устранить неисправность водопровода;

- вызов коммунальных служб для устранения неисправности.

- практическая деятельность. Встреча с профессионалом «замена сгоревшей лампочки».

2. Витамины и их содержание в основных продуктах питания.

- какие существуют витамины;

- где искать витамины;

- практическое задание. Приготовление фруктового салата.

**20й день**

1. Мой маршрут: магазин, банк, почта.

-

- составление плана действий.

1. Калорийность продуктов.

- что нужно знать;

- суточная норма калорий;

- таблица калорийности основных продуктов.

- Практическая деятельность. Приготовление овощного салата.

**21й день**

1. Домашняя экономика.

- что такое «планирование бюджета»;

- как научиться экономить;

- практическое задание. Ролевая игра «Расходы и доходы»

1. Пряности и приправы.

- для чего нужны приправы;

- разновидности приправ;

-сочетание приправ и продуктов. Изучение таблицы;

- практическая деятельность. Приготовление «Курицы с пряными травами».

**22й день**

1. Секреты ремонта домашней мебели.

-Практическая деятельность. Встреча с профессионалом «Советы опытного плотника».

2. Соусы и их виды.

- что такое соусы;

- разновидность соусов;

- практическая деятельность. Приготовление соуса «тар-тар».

**23й день**

1. Подготовка квартиры к зиме.

- способы утепления квартиры;

- подготовка пластиковых окон, дверей, пола.

- утепление деревянных окон;

2. Сервировка стола к завтраку

- правила сервировки

- что приготовить на завтрак;

- практическое задание. Приготовление тостов.

**24й день**

1. Удаление пятен с мебели и одежды.

- виды пятен;

- способы удаления в зависимости от поверхности;

- удаление пятен подручными средствами;

- практическое задание. Удаление пятна с ковра специальным средством и «Народным способом».

2. Сервировка стола к обеду.

- правила сервировки;

- что приготовить на обед;

- практическое задание . Приготовление супа «Рассольник».

**25й день**

1. Домашняя аптечка.

- состав домашней аптечки;

- хранение лекарств в домашних условиях;

- что такое «Срок годности с момента открытия».

2. Сервировка стола к ужину.

- правила сервировки;

- что приготовить на ужин;

- понятие «Праздничный ужин»;

- практическое задание . Приготовление праздничного ужина.

**26й день**

1. Досуг и его организация в семье.

- семейная досуговая деятельность;

- Практическое задание. Составление плана выходного дня.

2. Пик-ник на природе.

- что такое «Пик-ник»;

- что взять с собой на природу;

-какие продукты подходят для пик-ника;

-практическое задание. Приготовление бутербродов «В дорогу».

**27й день**

1. Обустройство жилого помещения.

- правила расстановки мебели;

- секреты дизайна;

- оформление живыми цветами.

2. Что такое «сбалансированное питание».

- правила «сбалансированного питания».

-

- практическое задание. Приготовление ужина- рыба с овощным гарниром.

**28й день**

1. Прием гостей.

- гости по плану- готовим праздничный стол;

- подготовка жилья к приходу гостей;

- как развлекать гостей;

-практическое задание. Составление праздничного меню.

2. Сервировка праздничного стола.

- правила сервировки;

- что приготовить;

- практическое задание. Приготовление одного блюда из меню.