

HÁZTARTÁSTAN – ÉLETVITEL MODUL

KÉSZSÉGFEJLESZTŐ ISKOLA HELYI TANTERV

12.ÉVFOLYAM

2020

Tartalom

HÁZTARTÁSTAN – ÉLETVITEL MODUL - KÉSZSÉGFEJLESZTŐ ISKOLA HELYI TANTERVE 12. ÉVFOLYAM	3
A háztartástan – életvitel modul célja	3
A háztartástan – életvitel modul feladatai.....	4
A háztartástan-életvitel készségfejlesztő kerettanterv oktatásának tárgyi feltételei	4
Eszközигény	5
Szemléltető eszközök.....	5
Háztartástan- életvitel modul témáinak időkerete.....	5
Helyi tanterv – Háztartástan – életvitel modul – 12. évfolyam	6

*HÁZTARTÁSTAN – ÉLETVITEL MODUL - KÉSZSÉGFEJLESZTŐ ISKOLA HELYI
TANTERVE 12. ÉVFOLYAM*

A helyi tanterv elkészítésénél a mindenkor hatályban lévő kerettanterv előírásai az irányadók.

A háztartástan – életvitel modul célja

1. Járuljon hozzá olyan ismeretek, készségek elsajátításához és szokások kialakításához, amelyekkel a tanulók - képességeikhez mérten kisebb irányítás mellett - képessé válnak a mindennapi életben előforduló egyszerű önellátó, konyhai, takarítási és a házimunkához tartozó feladatok elvégzésére.
2. Az elméleti ismereteket minél teljesebben, pontosabban és körültekintően legyenek képesek alkalmazni a gyakorlatban.
3. Ismerjék a munka- baleset- és környezetvédelmi szabályokat, azok betartásával kitartóan végezzék a tevékenységeket.
4. Ismerjék a háztartásban használt eszközök, gépek alkalmazási területeit és azokat tudják biztonságosan működtetni, rendeltetésszerűen használni.
5. A tanulók legyenek képesek a takarítási, tisztítási, mosási munkafolyamatokhoz a megfelelő vegyszereket kiválasztani és azokat körültekintően használni.
6. Alakuljon ki az igény az ápoltság megjelenésére, a tiszta, rendezett és harmonikus környezetre, erősítse a környezettudatos szemléletet és magatartásformát.
7. Alakuljon és erősödjön meg az együttműködő, szabálykövető magatartás, a munkavégzés során felmerülő problémákat, nehézségeket ismerjék fel, megoldásukhoz hatékonyan kérjenek segítséget.
8. Váljanak képessé az elsajátított ismeretek, tevékenységek iskolán kívüli alkalmazására.
9. A szociális képességek fejlesztésével és a munkatevékenységek gyakorlásával növelje a fiatalok esélyegyenlőségét a társadalmi élet minden területén.

A háztartástan – életvitel modul feladatai

1. A konyhai tevékenységek során alapanyagok és felhasználásuk megismerése, a konyhai eszközök, gépek rendeltetésszerű használatának elsajátítása, egyszerű ételek elkészítése, higiéniai szokások kialakítása.
2. Vásárlással kapcsolatos teendők gyakorlása (tervezés, pénzhasználat, áru kiválasztása, a vásárlás során felmerülő problémák kezelése), kulturált viselkedési szokások elsajátítása.
3. Takarítóeszközök hatékony használata, tisztítószeresek fajtáinak megismerése, körültekintő, balesetvédelmi előírásoknak megfelelő használata, szelektív hulladékgyűjtés alapjainak elsajátítása.
4. Ruhagondozási műveletek – mosás, vasalás, varrás – gyakorlása és elsajátítása, a textíliáknál tanult előzetes ismeretek alkalmazása, piktogramok helyes értelmezésének megtanulása.
5. A varráshoz használatos eszközök, alapanyagok, öltésfajták megismerése, ruhajavítás és egyszerűbb munkadarabok készítése segítséggel.
6. Vágott és cserepes növények gondozásának elsajátítása.
7. Lakáskultúrával kapcsolatos ismeretek bővítése, rendezett környezet iránti igény kialakítása.
8. Balesetvédelem a munkafolyamatok végzése során.
9. Képességekhez igazodó, rendszeres gyakorlás biztosítása a mindennapi munkatevékenységekben.

A háztartástan-életvitel készségfejlesztő kerettanterv oktatásának tárgyi feltételei

A létszámnak megfelelően kényelmes székekkel, munkaasztalokkal berendezett, háztartási gépekkel és eszközökkel felszerelt világos, jól szellőztethető tankonyha szükséges.

Eszközigény

1. konyhaszekrény felszerelve főző- és tálalóedényekkel, evő- és tálalóeszközökkel
2. konyhai mérleg, mérőedények
3. tűzhely sütővel, mikrohullámú sütő, szagelszívó
4. hűtőszekrény fagyasztóval
5. konyhai kisgépek – vízforraló, kenyérpíró, szendvicssütő, robotgép, turmixgép
6. kéttálcás mosogató, mosogatógép
7. takarítóeszközök, porszívó
8. mosdótál, automata mosógép, ruháskosár, ruhaszárító
9. vasalódeszka, vasaló
10. varróeszközök
11. kerti szerszámok

Szemléltető eszközök

1. tankönyvek, szakácskönyvek, gasztronómiai folyóiratok, kiadványok, filmek
2. a tevékenységekkel kapcsolatos fotók, folyamatábrák, képek a munkafázisokról és minta munkadarabok
3. IKT- eszközök (számítógép, televízió, táblagép, dvd- lejátszó, kamera,)

Háztartástan- életvitel modul témáinak időkerete

Témakör / Évfolyam	11. évfolyam
1. Konyhatechnika	120
2. Takarítás	(36+36) 72
3. Mosás	(16+20) 36
4. Vasalás	(16+20) 36
5. Varrás	40
6. Virágápolás	(16+8) 24
7. Lakáskultúra	(15+17) 32

Helyi tanterv – Háztartástan – életvitel modul – 12. évfolyam

Tematikai egység	1. Konyhatechnika	Órakeret: 120
Előzetes tudás	Balesetvédelmi alapismeretek; konyhai eszközök ismerete; higiéniai alapismeretek.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Tevékenységnek megfelelő eszközöket, gépeket tudjon kiválasztani, ételkészítési munkafázisokat önállóan végezni, minél kevesebb segítséggel bevásárolni.	
	Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Fejlesztési feladat		
• Konyhai gépek funkciójának, működésének megismerése,adekvát használatuk elsajátítása. • A munkatevékenységeknek megfelelő alapanyagok, eszközök, elektromos berendezések kiválasztása. • Jártasság kialakítása a konyhai eszközök használatában és a vásárlási gyakorlatban. • Kitartó, precíz, önálló munkavégzés.		
Ismeretek		
1. Konyhai eszközök, gépek működése, funkciója, felhasználási területek. 2. Étkezési szokások, egészségtudatos táplálkozás, egészséges ételek. 3. Vásárlási szokások, illetudó viselkedés és segítségkérés. 4. Élelmiszerek, alapanyagok, ételtárolás. 5. Ételtartósító eljárások. 6. Mértékegységek és mérőeszközök. 7. Ételkészítési munkafázisok: alapanyagok beszerzése, előkészítése,		

főzés/sütés, mosogatás, rendrakás. 8. Terítés: hétköznapi, ünnepi, vendégvárás. 9. Balesetveszélyes helyzetek és azok elkerülésének módjai. Tevékenység 1. Konyhai eszközök csoportosítása, kiválasztása megadott szempontok szerint. 2. Élelmiszerek, alapanyagok megnevezése, csoportosítása. 3. Étrend, menüsorok összeállítása. 4. Vásárlási gyakorlat szituációs játékban és üzletekben. 5. Mérőeszközök használata 6. Egyszerű étel elkészítése, elfogyasztása, egyes	
7. munkafázisok önálló végzése. 8. Hulladékok szétválogatása, szelektív hulladékgyűjtés. 9. Rendrakás, felmosás, mosogatás. 10. Hétköznapi és alkalmi terítés gyakorlása. 11. Az étel tárolásának módjai, beszélgetés.	
Fogalmak	evőeszköz, étkezés, vendégvárás étrend, menüsor, romlandó, szavatossági idő, elektromos gépek (pl.: szendvicssütő, konyhai robotgép, turmixgép, vízforraló), konyhai eszközök (pl.: digitális mérleg, tésztaszűrő, konzervnyitó) Az eddig használt fogalmak bővítése, helyes használatuk.

Tematikai egység	2. Takarítás	Órakeret: 72 (36+36)
Előzetes tudás	Takarító eszközök és néhány takarítási munkafázis ismerete.	
Tantárgyi fejlesztési célok	1. Takarítási munkafázisokat minél önállóbban végezni. A tisztítószerket a célnak megfelelően kiválasztani és mértékkel használni. 2. Megtanulni a háztartási hulladék szelektív gyűjtésének módját. A munkákat kitartóan és körültekintően végezni.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények

Fejlesztési feladat

1. Igény kialakítása a környezet tisztaságára és a rendre.
2. Tájékozottság a napi, heti és nagytakarításban.
3. Tudja a tisztítószeres, vegyszerek helyes használatát és adagolásukat.
4. Megismerni a háztartási gépek tisztán tartását és balesetvédelmi szabályait.
5. Tudja elkülöníteni a különböző hulladékokat.
6. Önállóan, de felügyelet mellett hatékony részvétel a lakókörnyezet és lakásgondozási műveletekben.
7. Tudja a porszívót és a szőnyegtisztító- gépet balesetmentesen használni.
8. A használati utasítások megértése és követése.

Ismeretek

1. A takarítás rendszere, a mindennapi, heti egyszerű takarítási teendők.
2. Nagytakarítás - részmozzanatok begyakoroltatása, megfelelő sorrend betartása.
3. Konyhai gépek és eszközök takarítása.
4. Szelektív hulladékgyűjtés.
5. A lakás és lakókörnyezet gondozása.
6. Őszi takarítás, ablak, ajtó lemosás, bútortisztítás.
7. Udvar, kert rendberakása.
8. Tavaszi nagytakarítás.
9. Szőnyegtisztító-, takarítógép használata.
10. Gépek kölcsönzésének gazdaságossága és szabályai.
11. Balesetvédelemi szabályok és előírások.
12. Piktogramok.

Tevékenység

1. A napi takarítási teendők elvégzése a tankonyhában, osztályteremben, illetve az otthoni lakás tisztán tartása.
2. A nagytakarítás folyamatának önálló elvégzése, annak irányítással történő összekapcsolása a nagytakarításban.
3. Mosogatógép helyes használata.
4. Hulladékok elkülönítése.
5. A takarítási munkák megszervezése.
6. A használt vegyszerek tárolásának és alkalmazásának szakszerű módjának gyakorlása. (használati utasítás elolvasása, értelmezése, piktogramok ismerete).
7. Piktogramok értelmezése.

Fogalmak

takarító eszközök és takarító- és tisztítószerek
kölcsonzés, szelektálás, szőnyegtisztító gép
maró hatású, elzárva tartandó

Tematikai egység	3. Mosás	Órakeret: 36 (16+20)
Előzetes tudás	1. Textíliák, ruhaneműk fajtáinak ismerete. 2. A tisztaság fontossága	
Tantárgyi fejlesztési célok	Tudjon kézzel kimosni egy-egy ruhadarabot, egyre nagyobb önállósággal kezelni a mosógépet, kiválasztani a mosáshoz és öblítéshez szükséges tisztítószeret.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények
Fejlesztési feladat 1. Reális, megvalósítható igényességet kialakítani az öltözködéssel kapcsolatban. 2. Tudni, hogy az ápoltság, jó megjelenésért mit kell tenni. 3. Válgatni szokássá a személyes ruházat tisztántartása. 4. Tudja felsorolni a mosás eszközeit. 5. Tudja csoportosítani a mosnivalót és a szükséges mosószert. 6. Ismerje a mosószerek adagolását, öblítés fázisait. 7. Megismerni a kezelési utasítások jeleit. 8. Megismerni a helyes ruhatárolási módokat. Ismeretek 1. A mosás munkafázisai, eszközei. 2. Mosószerek alkalmazásának szempontjai, adagolás. 3. Kézi mosás, gépi mosás, vegytisztítás. 4. Teregetés, szárítás. 5. Mosóprogramok, szárítóprogramok beállítása. 6. Balesetvédelem gépi és kézi mosás esetén. 7. Különleges mosási problémák, gallérok, kötöttárúk. 8. Saját ruhanemű tisztántartása, megfelelő tárolása (fogason, hajtogatva).

Tevékenység	
1. Mosógépek fajtáival ismerkedés - látogatás, műszaki cikkek szaküzletében. 2. A mosószerválaszték áttekintése (a választás szempontjai: ára, milyen célra kívánom használni? –folttisztító hatás, színes textil, alapanyag), használati utasítás és adagolás. 3. Az ismeretek alapján a kézi és gépi mosás, teregetés önálló végzése felügyelet mellett. 4. Látogatás ruhatisztító szalonba. 5. Tisztasági szabályok gyakorlása. 6. Ruhadarabok hajtogatása. 7. Ruhadarabok elhelyezése fogason (szoknya-, nadrág-, csiptetős fogas), évszaknak megfelelő ruhanemű előkészítése, a nem használtak tárolása.	
Fogalmak	energiatakarékos mosógép, szárítógép, víz hőfoka, áztatás, előmosás, mosás, öblítés, fehérítés, keményítés, vegytisztítás, szolgáltatás, vállfa, csiptető, fogas, védőhuzat, molyirtó, szekrényillatosító

Tematikai egység	4. Vasalás	Órakeret: 36 (16+20)
Előzetes tudás	Textíliák, ruhaneműk fajtáinak ismerete.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Egyszerű ruhaneműket felügyelet mellett önállóan, nagyobb darabokat segítséggel kivasalni a balesetek elkerülésével.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Fejlesztési feladat	
1. Megismerni és elsajátítani a vasalás fázisait és a műveletek sorrendjét. 2. Legyen képes a ruhadarabokat simára vasalni. 3. Vasaljon önállóan (felügyelet mellett), hajtogasson ruhát.	

Ismeretek

1. A vasalás eszközei, vasalási technikák.
2. A vasaló beállításai (hőfok, gőzölés).
3. Vegytisztítás.
4. Ruhatárolás.
5. Balesetvédelem.

Tevékenység

1. Vasalás, gőzölős vasaló használata, konyharuha, terítő, ruhaneműk (póló, ing) vasalása felügyelet mellett egyre önállóbban.
2. A kivasalt darabok összehajtogatása, elhelyezése a megfelelő tároló helyre.
3. Vegytisztító látogatása, a vasalógép megismerése.
4. Balesetvédelmi oktatás.

Fogalmak	vasalódeszka, gőzölős vasaló, vegytisztítás kifordítás, hajtogatás, vasalógép. Piktogramok jelentése, megéget, esetleges égési seb ellátása
-----------------	---

Tematikai egység	5. Varrás	Órakeret: 40
Előzetes tudás	1. Gondozott ruházat, jó megjelenés ismérvei. 2. Varrás alapkellékeinek ismerete.	
Tantárgyi fejlesztési célok	1. Önállóan kisebb ruhajavításokat elvégezni. 2. Segítséggel használati- és ajándéktárgyakat készíteni.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények

Fejlesztési feladat

1. Tudjon önállóan ruhát javítani (tű, cérna alkalmazása,

gomb felvarrása, akasztó felvarrása, szegés)

2. Tudja alkalmazni a munkadarabon a tanult hímzési technikákat.
3. Mutasson érdeklődést, aktivitást, legyen kitartó munkavégzés során.

Ismeretek

1. Varrás eszközei
2. Ruhajavítási műveletek, gomb felvarrása, szakadás bevarrása
3. Kézi- és gépi varrás alapjai
4. Öltésfajták és alkalmazási területeik
5. Hímzés (pl.: keresztszemes, gobelin)
6. Varrással, hímzéssel készült ajándéktárgyak
7. Népviseletek
8. Nem kötelezően: a horgolás, kötés anyagának, eszközeinek megismerése

Tevékenység

1. Tű, cérna használata.
2. Leszakadt gomb felvarrása, rojtos szél beszegése, akasztó felvarrása.
3. Látogatás egy varrodába.
4. Fércöltés, gépöltés.
5. Boszorkányöltés, pelenkaöltés alkalmazása.
6. Az eddig tanult öltésfajták gyakorlása és alkalmazása.
7. Hímzési előkészületek, megtervezése, öltésfajta kiválasztása.
8. Egyszerűbb darabok készítése segítséggel.

Fogalmak

A varrással kapcsolatos fogalmak bővítése, ismételése.
Öltésfajták: kézi öltés/fűzőöltés, láncöltés, tisztázó/cikcakköltés, kereszttöltés, szegő/pelenkaöltés, boszorkányöltés

Tematikai egység	6. Virágápolás	Órakeret: 24 (16+8)
Előzetes tudás	Növények tulajdonságainak, szükségleteinek ismerete, virágápolási alapkellékek.	
Tantárgyi fejlesztési célok	Cserepes virágot gondozni, átültetni, szobanövényeket esztétikusan elrendezni a lakás helyiségeiben.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények	
Fejlesztési feladat 1. Igény kialakítása a szobanövények tartására, megismerni szakszerű gondozásukat. 2. Igénye legyen az esztétikus, szép virágkompozíció elkészítésére.	
Ismeretek 1. Irányítással cserepes virágok ültetése, gondozása. 2. Vágott virágok gondozása. 3. Virágfajták ismerete. 4. Virágvásárlás, illemtudó viselkedés szabályai. 5. Virágkompozíciók.	
Tevékenység 1. Virágültetés, palántázás, gondozás. 2. Vágott virág vázába tétele, gondozása. 3. Szobanövények, vágott virágokat, mezei virágok megkülönböztetése. 4. Virágbolt látogatása. 5. Virágkompozíció készítése száraz és élő növényekből - virágcsokor, koszorú, fali dekoráció, ajtódísz.	
Fogalmak	agyag granulátum, ültetőfa, tápoldat, virágtetű irtó szer, kompozíció, szárazvirág, asztaldísz, adventi koszorú, ragasztópisztoly

Tematikai egység	7. Lakáskultúra	Órakeret: 32 (15+17)
Előzetes tudás	Lakás helyiségeinek, funkciójuknak ismerete.	
Tantárgyi fejlesztési célok	1. Igény kialakítása az esztétikus, harmonikus lakókörnyezetre. 2. Saját elképzeléseket kifejezésre juttatni, megvalósítani a lakberendezés során.	

Követelmények – Ismeretek/fejlesztési követelmények

Fejlesztési feladat

1. A lakás, iskola különböző helyiségeinek magabiztos felismerése és a berendezési tárgyak, kiegészítők csoportosítása helyük, funkciójuk szerint.
2. Megismerni a lakás praktikus díszítését, kiegészítőket; az elméleti ismeretek gyakorlati alkalmazása.

Ismeretek

1. A lakás helyiségei és berendezési tárgyai.
2. A lakás beosztása, alaprajza.
3. Lakberendezési kiegészítők.
4. Színek, bútorok, kiegészítők elhelyezésének szerepe a lakásban.
5. Makett, modell, babaház

Tevékenység

1. A különböző helyiségek felsorolása és berendezési tárgyak, bútorok megkülönböztetése, válogatása.
2. A lakás lerajzolása és beosztása.
3. Kiegészítők megismerése.
4. Irányítással készítsen babaházat és rendezze be a már megismert berendezési tárgyakkal.

Pécsi Éltes EGYMI
Készségfejlesztő Iskola
2020

Háztartástan –életvitel modul -12. évfolyam

5. Tanulmányi séta (lakberendezési áruház, lakások), lakberendezési újságok tanulmányozása.	
Fogalmak	zsúfolt, kényelmes, időtálló, harmonikus méretarányos