

Утверждена в составе АООП ООО
обучающихся с интеллектуальными
нарушениями (умственной отсталостью)
(вариант 2)

Директор Паньшина О.В.

Приказ № 277 от 02.09.2024

Адаптированная рабочая программа
по учебному предмету «Домоводство»
для 5 класса
на 2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Домоводство» на 2024-2025 учебный год предназначена для обучающегося 5 класса. Данная программа построена с учётом индивидуальных особенностей и возможностей ребёнка, является индивидуальной адаптированной рабочей программой для обучающегося. Образовательная деятельность направлена на максимальное развитие жизненной компетенции для социализации в обществе.

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"(в редакции Федеральных законов от 08.06.2020г. №165-ФЗ)
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Примерной адаптированной основной образовательной программы общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15 федерального учебно-методического объединения по общему образованию);
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 марта 2016г. № ВК-452/07 «О введении ФГОС ОВЗ»
- Программы обучения учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью / Л.Б.Баряева, Д.И.Бойков, В.И.Липакова и др.; Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой.- СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2011.

Учебный предмет «Домоводство» включен в предметную область «Окружающий мир».

Цель уроков по домоводству в 5 классе – воспитывать уважительное отношение к трудовой деятельности и к труду взрослых, формировать умения выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с уборкой помещений, с уходом за вещами, включение в процесс сервировки и уборке столов; способы усвоения практического опыта в простых бытовых ситуациях. Реализация содержания учебного предмета в третьем классе позволит обучающимся закрепить опыт положительного взаимодействия со сверстниками, способы практических действий при выборе средств ведения домоводства в разных ситуациях.

Основные задачи:

- учиться обращаться с хозяйственным инвентарем
- освоить действия по приготовлению пищи
- осуществлению покупок
- уборке помещения и территории
- уходу за вещами, которые в последующем сможет применять как в быту, так и в последующей трудовой деятельности

Общая характеристика учебного предмета

Обучение ребенка с умственной отсталостью ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребенка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Овладение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах. Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности. Так, например, занятия по уборке помещений и территории актуальны для формирования бытовой деятельности детей и перспективны для получения в будущем работы в качестве дворника или уборщицы. Программа по домоводству включает следующие разделы: «Культурно-гигиенические навыки», «Ручной труд» и «Хозяйственно-бытовой труд, труд в природе».

Уроки домоводства позволяют применять на практике интеллектуальные умения (счет, чтение, письмо), а также практические навыки по шитью, ремонту дома, огородничеству и др.

Уроки домоводства создают богатейшие возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы учащихся, так как организация практических занятий, а также экскурсии в магазины, предприятия хозяйственного и бытового обслуживания демонстрируют образцы поведения человека в труде, учат навыкам общения. Очевидно, что ролевые, деловые игры, экскурсии и практические занятия должны включать в себя разнообразные упражнения на закрепление правил этического поведения и этикета, способствовать развитию у воспитанников коммуникативных умений, мыслительной деятельности, общетрудовых навыков.

Учебно-воспитательные задачи на занятиях по домоводству должны решаться в конкретных видах деятельности самих учащихся, организованных учителем на доступных и понятных для них заданиях и упражнениях. Именно практические упражнения являются основным методом обучения учащихся 4 класса.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Домоводство» входит в обязательную часть учебного плана адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (2 вариант) и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами. Рабочая программа разрабатывается и реализуется 1 год.

Учебный предмет	Часов в неделю	в Год
Домоводство	1 час	34 часа

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность художественно-культурных, этнических традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, потребности творческой самореализации, состояния нормального человеческого существования.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания

Личностные и предметные результаты освоения предмета «Домоводство»

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные:

- проявляют интерес и положительное отношение к выполнению доступных поручений (обязанностей) по подражанию взрослому или сверстникам, самостоятельность в быту.

Предметные:

- умение выполнять простые поручения в доступной форме, *связанные с уборкой рабочего места (в классе), уходом за вещами, сервировкой и уборкой столов,*

- умение выполнять отдельные действия по подражанию сверстникам или учителю,

- умение выбирать и пользоваться орудиями и средствами для выполнения простых бытовых поручений (веник, губка, лейка, щетки и др.),

- умение ориентироваться в простых бытовых решениях, связанных с чистотой (гигиеной) и опрятностью, оказанием помощи сверстнику.

Базовые учебные действия:

- следят за своим внешним видом (умеют пользоваться зеркалом для контроля внешнего вида),

- соблюдают правила гигиены и опрятности, овладели простыми культурно-гигиеническими умениями (уход за лицом, за руками, за телом и внешним видом), самостоятельно одеваются, раздеваются, собирают портфель и т.д. в разных ситуациях (в школе и в семье),

- пользуются орудиями и средствами для выполнения простых бытовых поручений (веник, губка, лейка, щетки),

- ориентируются в простых бытовых ситуациях, связанных с чистотой (гигиеной) и опрятностью, оказанием помощи сверстнику,

- владеют элементарными способами сервировки стола.

Содержание учебного предмета

Покупки.

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание товара на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, ожидание во время пробивания кассиром товара, оплата товара, предъявление карты скидок кассиру, получение чека и сдачи, складывание покупок в сумку. Раскладывание продуктов в места хранения.

Обращение с кухонным инвентарем.

Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож), для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска, шумовка, дуршлаг, половник, лопаточка, пресс для чеснока, открывалка и др.). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Обращение с бытовыми приборами. Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.). Знание правил техники безопасности при пользовании электробытовым прибором. Соблюдение последовательности действий при пользовании электробытовым прибором.

Мытье бытовых приборов. Хранение посуды и бытовых приборов.

Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

Приготовление пищи.

Приготовление блюда. Подготовка к приготовлению блюда. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Перемешивание продуктов ложкой (венчиком, миксером, блендером). Соблюдение последовательности действий при варке продукта: включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта. Соблюдение последовательности действий при жарке продукта: включение электрической плиты, наливание масла, выкладывание продукта на сковороду, постановка сковороды на конфорку, установка таймера на определенное время, перемешивание/переворачивание продукта, выключение электрической плиты, снятие продукта. Соблюдение последовательности действий при выпекании полуфабриката: включение электрической духовки, смазывание противня, выкладывание полуфабриката на противень, постановка противня в духовку, установка таймера на определенное время, вынимание противня из духовки, снятие выпечки, выключение электрической духовки. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при варке яйца: выбор продуктов (яйца), выбор кухонного инвентаря (кастрюля, шумовка, тарелка), мытье яиц, закладывание яиц в

кастрюлю, наливание воды в кастрюлю, включение плиты, постановка кастрюли на конфорку, установка времени варки на таймере, выключение плиты, вынимание яиц. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда: выбор продуктов (хлеб, колбаса, помидор, масло), выбор кухонного инвентаря (тарелка, доска, нож), нарезание хлеба, нарезание колбасы, нарезание помидора, намазывание хлеба маслом, сборка бутерброда (хлеб с маслом, колбаса, помидор). Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов (вареный картофель, морковь, кукуруза, соленый огурец, лук, масло растительное, соль, зелень), выбор кухонного инвентаря (салатница, ложка, нож, доска, открывалка, тарелки), очистка вареных овощей, открывание банок (кукуруза, огурцы), нарезка овощей кубиками, нарезка зелени, добавление соли, растительного масла, перемешивание продуктов. Соблюдение последовательности действий при приготовлении котлет: выбор продуктов (полуфабрикат, масло растительное), выбор кухонного инвентаря (сковорода, лопатка, тарелки), наливание масла в сковороду, выкладывание котлет на сковороду, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снятие котлет.

Уход за вещами

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Замачивание белья. Застирывание белья. Полоскание белья. Выжимание белья. Вывешивание белья на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке: наполнение емкости водой, выбор моющего средства, определение количества моющего средства, замачивание белья, застирывание белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

Машинная стирка. Различение составных частей стиральной машины (отделение для загрузки белья, контейнер для засыпания порошка, панель с кнопками запуска машины и регуляторами температуры и продолжительности стирки). Сортировка белья перед стиркой (например): белое и цветное белье, хлопчатобумажная и шерстяная ткань, постельное и кухонное белье. Закладывание и вынимание белья из машины. Установка программы и температурного режима. Мытье и сушка машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке: сортировка белья перед стиркой, закладывание белья, закрывание дверцы машины, насыпание порошка, установка программы и температурного режима, запуск машины, отключение машины, вынимание белья.

Глажение утюгом. Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья: установка гладильной доски, выставление температурного режима, подключение утюга к сети, раскладывание белья на гладильной доске, смачивание белья водой, движения руки с утюгом, складывание белья. Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой. Просушивание обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви: открывание тюбика с кремом, нанесение крема на ботинок, распределение крема по всей поверхности ботинка, натирание поверхности ботинка, закрывание тюбика с кремом.

Уборка помещения.

Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Вытирание поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой,

приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду, уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.

Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место. Заметание мусора на совок. Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в урну. Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом: подготовка пылесоса к работе, установка регулятора мощности, включение (вставление вилки в розетку; нажатие кнопки), чистка поверхности, выключение (поворот рычага; нажатие кнопки; вынимание вилки из розетки), отсоединение съемных деталей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при мытье пола: наполнение емкости для мытья пола водой, добавление моющего средства в воду, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.

Мытье стекла (зеркала). Соблюдение последовательности действий при мытье окна: наполнение емкости для мытья водой, добавление моющего средства в воду, мытье рамы, вытирание рамы, мытье стекла, вытирание стекла, выливание использованной воды.

Уборка территории.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ урока п/п	Дата	Количество часов, отводимых на изучение темы	Тема урока	Виды учебной деятельности
1.		1	Что изучает домоводство. Вводная беседа.	Слушают, отвечают на вопросы.
2.		1	Кухня.	Узнавание кухни по назначению, по картинкам.
3.		1	Чистота-залог здоровья. Правила уборки на кухне.	Уметь пользоваться средствами для мытья кухни.
4.		1	Один дома. Правила безопасности.	Рассматривают картинки, презентацию и отвечают на вопросы.
5.		1	Правила	Называют правила безопасности на кухне.

			безопасности на кухне.	
6.		1	Кухонные приборы. Ложки и вилки.	Выполняют задания по инструкции педагога, по образцу.
7.		1	Правила мытья кухонных приборов.	Называют правила мытья кухонных приборов.
8.		1	Кухонная мебель.	Выполняют практическую работу по алгоритму, по образцу.
9.		1	Гигиенический режим, значение ухода за телом.	Повторяют гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня). Просмотр фильма.
10.		1	Стиральная машина. Условные обозначения.	Различают стиральную машину, называют ее назначение. Называют условных обозначений и их значение.
11.		1	Правила безопасности при работе со стиральной машиной.	Называют правила безопасности при работе со стиральной машиной.
12.		1	Правила подготовка вещей к стирке.	Подготовка вещей к стирке: очистка от пыли, шерсти; сортирование по типу ткани и окраске.
13.		1	Виды зимней одежды.	Называют зимнюю одежду: виды, материал изготовления, назначение.
14.		1	Правила пришивания пуговицы. Техника безопасности.	Называют правила пришивания пуговицы и технику безопасности.
15.		1	Виды зимней обуви.	Различают и называют зимнюю обувь. Д/игра «Подбери пару»
16.		1	Назначение зимней обуви.	Называют назначение зимней обуви. Дидактическая игра «Соедини стрелками»
17.		1	Средства для ухода за зимней обувью.	Называют приспособления и средства для чистки обуви.
18.		1	Подготовка к приготовлению блюда. Простой	Называют правила приготовления бутерброда по инструкции педагога.

			бутерброд.	
19.		1	Выбор инвентаря, продуктов для приготовления простого бутерброда.	Уметь выбрать инвентарь и продукты (хлеб, колбаса, помидоры) необходимые для приготовления бутерброда.
20.		1	Приготовление простого бутерброда. Практическая работа.	Выполняют практическую работу по образцу, по инструкции педагога.
21.		1	Блюда из круп. Каши.	Работают с наглядным материалом, называют виды каш.
22.		1	Лото «Молочные каши»	Развивают речь через использование опорных слов и картинок.
23.		1	Польза каши для здоровья человека.	Составляют рассказ по опорным словам, по картинкам.
24.		1	Виды компотов. Консервированный компот.	Работают с наглядным материалом, называют виды компотов.
25.		1	Выбор посуды и столовых приборов при сервировке стола к обеду.	Выбирают посуду и столовые приборы при сервировке стола к обеду.
26.		1	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола к обеду.	Работа с картинками, ответы на вопросы по опорным словам.
27.		1	Сюжетно-ролевая игра «Накрываем стол к обеду»	Разучивают роли в сюжетно-ролевой игре, выполняют действия по образцу.
28.		1	Дидактическая игра «Что лишнее»	Работают с карточками и выбирают правильные ответы.
29.		1	Лото «Продукты питания»	Учатся составлять лото по теме «Продукты питания»
30.		1	Электробытовые приборы.	Узнавание и различение прибора, называние его назначения.

			Пылесос.	
31.		1	Инвентарь для уборки класса.	Уметь называть и пользоваться инвентарем для уборки класса.
32.		1	Уборка класса. Мытье школьной мебели. Практическая работа.	Учатся выполнять практическую работу по уборке класса.
33.		1	Уборка территории. Стребание сухой травы. Практическая работа.	Знать и соблюдать правила уборки территории, ТБ при работе с инструментами.
34.		1	Закрепление пройденного материала	

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Список литературы:

Учебно-научная литература:

1. Пузанов Б.П. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития (ОЛИГОФРЕНОПЕДАГОГИКА) – М.: АСАДЕМА, 2001.

Интернет источники:

http://pedsovet.su/fgos/6048_tpy_urokov_po_fgos

Типы уроков по ФГОС в школе: требования к урокам нового типа, виды уроков и примерная структура урока каждого типа.

Учебно-практическая литература:

1. Шевченко С.Г. Основы безопасности жизнедеятельности: поурочные планы, 3 класс/ С.Г. Шевченко. – Волгоград: Учитель, 2009. – 124с.
2. Тематический словарь в картинках: Мир человека: Посуда. Продукты питания.(Программа «Счастливый ребёнок»). М.:Школьная книга, 2014.-40с.:цв.ил.

Учебно-практическое оборудование:

- 1) Мебель, посуда, продукты, цветы, хозяйственный инвентарь, игрушки.
- 2) Предметные картинки.
- 3) Сюжетные картинки
- 4) Слайд-презентации

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 301855813211864865354984698895558776452667678565

Владелец Паньшина Ольга Владимировна

Действителен с 04.03.2024 по 04.03.2025