

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Мари-Возжайская средняя общеобразовательная школа им. П.И. Бельского»**

Рассмотрено:  
Руководитель методического  
объединения учителей  
\_\_\_\_\_/Ю.С.Крещёнова./  
Протокол №1\_\_\_\_\_  
от «28» августа\_\_\_\_ 2023г

Принято на педагогическом  
совете  
Протокол № 9  
от « 5 » сентября 2023г

Утверждаю  
Директор «МБОУ Мари-  
Возжайская СОШ им.  
П.И.Бельского»  
\_\_\_\_\_/О.Н. Халитова./  
Протокол №1\_\_\_\_\_  
от «28» августа\_\_\_\_ 2023г

**Адаптированная рабочая программа  
Домоводство  
для 7 класса**

Составитель программы: Алексеева Наталия Николаевна  
учитель I категории

Мари-Возжай - 2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для обучающихся 7 класса по предмету «Домоводство» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 2вариант;
- Устава МБОУ «Мари-Возжайская средняя общеобразовательная школа им.П.И.Бельского»;
- Адаптированной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «Мари-Возжайская средняя общеобразовательная школа им.П.И.Бельского», 2 вариант;
- Локальных актов школы, регламентирующих организацию образовательного процесса.

Цели и задачи образовательно-коррекционной работы.

Цель обучения – повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Основные задачи:

- формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами;
- освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения территории, уходу за вещами.

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР 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: «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

### ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Домоводство» входит в обязательную часть учебного плана предметной области «Окружающий мир». На его изучение в 6 классе отведено 170 часов, 5 часов в неделю, 34 учебные недели.

### ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ ПЛАНИРУЕМЫЕ (ВОЗМОЖНЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых

образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Личностные:

Включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах:

- основы персональной идентичности, осознание себя как «Я»;
- работа в коллективе (ученик – ученик);
- слушание и понимание инструкции педагога;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- обращение за помощью и принятие помощи педагога.

Предметные:

Овладение умением выполнять доступные бытовые поручения (обязанности), связанные с выполнением повседневных дел дома.

- Умение выполнять доступные бытовые виды работ: приготовление пищи, уборка, стирка, глажение, чистка одежды, обуви, сервировка стола, др.
- Умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.
- Умение соблюдать гигиенические и санитарные правила хранения домашних вещей, продуктов, химических средств бытового назначения.
- Умение использовать в домашнем хозяйстве бытовую технику, химические средства, инструменты, соблюдая правила безопасности.

## **1 РАЗДЕЛ: Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Личностные и предметные планируемые результаты освоения программы обучающимися рассматриваются в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям обучающихся. Личностные результаты

- позитивно относиться к хозяйственно-бытовому труду,
- осознавать необходимость и практическую значимость самообслуживания;
- общаться с окружающими людьми для достижения положительного конечного результата;
- стремиться работать самостоятельно.

### Предметные результаты

- соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила;
- соблюдать правила безопасной работы с бытовыми электроприборами;
- уметь пользоваться бытовыми приспособлениями по их прямому назначению;
- знать названия инструментов и оборудования, используемых в быту (в соответствии с годом обучения);
- уметь организовать и соблюдать санитарно-гигиенические требования при выполнении хозяйственно-бытовой работы;
- уметь принимать помощь окружающих;
- уметь эффективно взаимодействовать с окружающими в соответствии с нормами общежития;
- уметь адекватно реагировать на замечания взрослых.
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения;
- планировать и контролировать действия в соответствии с поставленной задачей;
- -контролировать и оценивать свои действия, адекватно реагировать на замечания учителя;

- адекватно оценивать своё поведение и поведение окружающих;
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности; • формирование личной ответственности за становление своей личности, адекватного поведения в обществе;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата.

## **Содержание учебного предмета**

### *Покупки.*

Основные задачи раздела: формирование умений осуществлять покупки. Складывание покупок в сумку, выкладывание покупок из сумки на стол. Раскладывание продуктов в места хранения из сумки. Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.

### *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, овощечистка, разделочная доска) 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.

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.*

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. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания): выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр), выбор кухонного инвентаря (тарелка), сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса).

### *Уход за вещами.*

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание 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, стирка белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

Уход за бельем. Складывание белья, платков, полотенец и одежды.

Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протирание обуви влажной тряпкой, протирание обуви сухой тряпкой.

### *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 ведро. Соблюдение последовательности действий при мытье пола: наполнение емкости для мытья пола водой, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок. *Уборка территории.*

Формирование умений и навыков пользования инвентарем при уборке территории от мусора, листвы, снега.

### **3 РАЗДЕЛ: Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел Тема</b>	<b>Колво часов</b>
<b>Покупки</b>		<b>6ч</b>
1	Планирование покупок.	1ч
2	Выбор места совершения покупок	1ч
3	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.	1ч
4	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.	1ч
5	Складывание покупок в сумку, выкладывание покупок из сумки на стол.	1ч
6	Раскладывание продуктов в места хранения из сумки.	1ч
<b>Обращение с кухонным инвентарем</b>		<b>30 ч</b>
7,8	Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож.	2 ч
9	Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда.	1
10,11	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, овощечистка, разделочная доска)	2 ч
12,13	Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды.	2
14,15	Замачивание посуды. Протираание посуды губкой.	2
16,17	Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды.	2
18	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	1
19,20	Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	2
21,22	Соблюдение последовательности действий при сервировке стола: накрывание стола скатертью,	2
23,24	Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	2
25,26	Раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз	2

27,28	Расставление блюд.	2
29,30	Практические занятия. 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.	2
31-33	Практические занятия. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание	3

	посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	
34	Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда	1
<b>Приготовление пищи</b>		<b>42 ч</b>
35-37	Кухня. Оборудование кухни.	3
38-40	Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания.	3
41-44	Подготовка к приготовлению блюда. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	4
45,46	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	2
47,48	Обработка продуктов. Мытье продуктов.	2
49-52	Мучные изделия. Раскатывание теста.	4
53-56	Кисломолочные продукты и блюда из них.	4
57	Перемешивание продуктов ложкой	1
58	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания)	1
59	Выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр); выбор кухонного инвентаря (тарелка)	1
60-62	Сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса).	3
63-66	Техника безопасного труда. Изготовление бутербродов, нарезая.	4
67,68	Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания.	2
69	Микроорганизмы. Пищевые отравления.	1
70-72	Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления	3
73,74	Сервировка стола к обеду.	2
75,76	Этикет за столом. Прием гостей.	2
<b>Уход за вещами</b>		<b>32 ч</b>
77,78	Ручная стирка. Наполнение емкости водой.	2

79,80	Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	2
81,82	Сортировка белья перед стиркой.	2
83,84	Замачивание. Застирывание.	2
85,86	Полоскание. Выжимание. Вывешивание на просушку.	2
87,88	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	2
89	Сюжетно-ролевая игра «Я стираю свои вещи»	1
90	Глажение утюгом. Техника безопасного труда.	1
91,92	Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры).	2
93	Соблюдение правил безопасной работы.	1
94,95	Соблюдение последовательных действий при глажении белья.	2
96-102	Практические занятия. Установка гладильной доски. Выставление температурного режима на утюге. Подключение утюга к сети. Раскладывание белья на доске. Движение руки с утюгом, складывание белья.	7
103	Уход за обувью. Уличная и домашняя обувь	1
104-106	Уход за обувью. Очистка от загрязнений. Соблюдение действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки,	3
	протираание обуви влажной тряпкой, протираание сухой тряпкой.	
107-108	Уход за обувью с использованием специальной обувной губки.	2
<b>Уборка помещения</b>		<b>32 ч</b>
109-111	Выбор инвентаря для уборки.	3
112-115	Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	4
116-118	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду	3
119-121	Вытирание поверхности мебели. Уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности	3
122-124	вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.	3
125	Уборка пола. Сухая и влажная уборка пола.	1
126,127	Сметание мусора на полу в определенное место.	2
128,129	Заметание мусора на совок.	2
130-132	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в ведро.	3
133,134	Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка пола пылесосом.	2
135	Соблюдение последовательности действий при мытье пола	1
136-138	наполнение емкости для мытья пола водой, намачивание и отжимание тряпки	3

139-141	мытьё пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.	3
<b>Уборка территории</b>		<b>28 ч</b>
142	Техника безопасного труда.	1
143	Инвентарь для уборки снега.	1
144	Инвентарь для уборки листьев.	1
145	Собирание бытового мусора. Инвентарь.	1
146	Выбор инвентаря.	1
147,148	Уход за уборочным инвентарем.	2
149-170	Уборка территории от мусора, листвы, снега. Подметание территории.	21

### **МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наглядно - дидактические пособия:

- изображения (картинки, фото,) предметов посуды, кухонной мебели; продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники;
- демонстрационный материал, составленный в соответствии с изучаемыми темами учебной программы;
- изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья и др.;
- оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.);
- таймер;
- предметы для украшения интерьера (ваза, подсвечник, скатерть и др.);
- стиральная машина, тапки;
- настенные и индивидуальные зеркала;
- гладильная доска;
- бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, пылесос);
- магнитная доска;
- уборочный инвентарь грабли, лейки и др.