

Министерство образования и науки Алтайского края
краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Алейская общеобразовательная школа-интернат»

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
образовательного цикла
Руководитель ШМО
Д.С. Жаринова
Протокол № 2
от «1» 09 2023 г.

Утверждаю
Директор КГБОУ «Алейская
общеобразовательная
школа-интернат»
О.В. Краш
Приказ № 12/1 от
09 2023 г.



Рабочая программа
по учебному предмету
«Домоводство»
7 «б» класс
2023 – 2024 учебный год

Составитель:
Ю.Н. Кириллова, учитель

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Домоводство» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599

3. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

4. Учебный план КГБОУ «Алейская общеобразовательная школа-интернат».

Обучение обучающегося с умственной отсталостью, с ТМНР ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни.

Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия обучающегося 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 ребенка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах.

Цель обучения - повышение самостоятельности обучающихся в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности. Основные задачи: формирование умений обращаться с инвентарем и электроприборами; освоение действий по приготовлению пищи, осуществлению покупок, уборке помещения и территории, уходу за вещами.

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 обучающихся 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".

Общая характеристика учебного предмета «Домоводство»

При обучении по данной программе так же следует применять следующие специфические *методы*: моделирование реальных ситуаций с элементами игры – можно использовать на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения; широко использовать наглядные средства обучения, демонстрацию учебных фильмов, особенно, если изучаемые объекты невозможно наблюдать непосредственно. Полезно использовать возможность замедленного показа или остановки кадра для более полного понимания ребенком учебного материала. Так как ученик со сложной структурой дефекта не могут воспринимать большое количество информации, нужно выбирать фрагмент, который наиболее соответствует достижению поставленной цели, и сосредоточить внимание на нём.

Особое место в формировании социально-бытовых навыков отводится использованию предыдущего опыта, то есть умению переносить уже сформированные умения и навыки в новые ситуации. Для закрепления знаний и умений следует постоянно осуществлять повторение пройденного. Для повторения привлекается пройденный материал из других разделов, логично связанный с изучаемой темой.

Содержание учебного предмета "Домоводство"

представлено следующими разделами: "Покупки", "Уход за вещами", "Обращение с кухонным инвентарем", "Приготовление пищи", "Уборка помещений и территории".

Раздел "Покупки"

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. 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.

Раздел "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). 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). 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.

Раздел "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. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на терке. Раскатывание теста. 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 или 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.

Раздел "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.

Раздел "Уборка помещения и территории".

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

Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» в 7 классе рассчитана на 238 часов, 7 часов в неделю.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Домоводство»

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;

умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне;

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.

Тематическое планирование

№ п/п	Разделы	Количество часов
1	Кухонный инвентарь	62
2	Уход за одеждой	32
3	Уход за обувью	37
4	Уход за мебелью	22
5	Ручная стирка	35
6.	Покупки	50
9	Всего	238

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количе ство часов	На дому	школа	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Кухонный инвентарь				
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5	Различение кухонного инвентаря по его назначению (посуда, кухонные принадлежности, бытовая техника).	5	08.09		формирование готовности к самостоятельной жизни.
1.6 1.7 1.8 1.9 1.10 1.11 1.12	Различение чистой и грязной посуды.	7	15.09		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.13 1.14 1.15 1.16 1.17 1.18	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	6	22.09		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.19 1.20 1.21 1.22 1.23 1.24 1.25	Замачивание посуды. Самостоятельно приступать к мойке посуды.	7	29.09		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.26 1.27 1.28 1.29 1.30	Чистка посуды.	6	06.10		формирование готовности к самостоятельной жизни.

1.31 1.32 1.33 1.34 1.35 1.36 1.37 1.38	Ополаскивание посуды	8	13.10		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.39 1.40 1.41 1.42 1.43 1.44	Сушка посуды.	6	20.10		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.45 1.46 1.47 1.48 1.49 1.50	Сметание мусора на полу в определённое место.	6	27.10		формирование готовности к самостоятельной жизни.
1.51 1.52 1.53 1.54 1.55 1.56	Заметание мусора на савок.	6	10.11		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
1.57 1.58 1.59 1.60 1.61 1.62	Уборка мусора.	6	17.11		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
2.	Уход за одеждой				
2.1 2.2 2.3 2.4 2.5 2.6 2.7 2.8	Складывание одежды.	8	24.11		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
2.9 2.10 2.11 2.12 2.13	Вывешивание одежды на «плечики».	8	01.12		формирование готовности к самостоятельной жизни.

2.14 2.15 2.16					
2.17 2.18 2.19 2.20 2.21 2.22 2.23 2.24	Складывание одежды	8	08.12		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
2.25 2.26 2.27 2.28 2.29 2.30 2.31 2.32	Вывешивание одежды на «плечики».	8	15.12		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
3.	Уход за обувью				
3.1 3.2 3.3 3.4 3.5 3.6 3.7 3.8	Просушивание обуви.	8	22.12		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
3.9 3.10 3.11 3.12 3.13 3.14 3.15 3.16	Уход за обувью	8	29.12		формирование готовности к самостоятельной жизни.
3.17 3.18 3.19 3.20 3.21 3.22 3.23	Уборка обуви на хранение	7	12.01		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
3.24 3.25 3.26	Чистка обуви.	7	19.01		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни

3.27 3.28 3.29 3.30					
3.31 3.32 3.33 3.34 3.35 3.36 3.37	Практическое занятие «Чистка обуви»	7	26.01		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
4.	Уход за мебелью				
4.1 4.2 4.4 4.5 4.6 4.7 4.8 4.9 4.10 4.11	Вытирание поверхности мебели.	11	02.02		формирование готовности к самостоятельной жизни.
4.12 4.13 4.14 4.15 4.16 4.17 4.18 4.19 4.20 4.21 4.22	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхности мебели.	11	09.02		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
5.	Ручная стирка				
5.1 5.2 5.3 5.4 5.5 5.6 5.7	Ручная стирка: наполнение ёмкости водой.	7	16.02		формирование готовности к самостоятельной жизни.
5.8 5.9 5.10 5.11 5.12	Выбор моющего средства.	7	01.03		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни

5.13 5.14					
5.15 5.16 5.17 5.18 5.19 5.20 5.21	Отмеривание необходимого количества моющего средства. Самостоятельно приступать к застирыванию белья.	7	15.03		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
5.22 5.23 5.24 5.25 5.26 5.27 5.28	Полоскание белья.	7	22.03		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
5.29 5.30 5.31 5.32 5.33 5.34 5.35	Выжимание белья.	7	05.04		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
6.	Покупка				
6.1 6.2 6.3 6.4 6.5	Планирование покупок.	5	12.04		формирование готовности к самостоятельной жизни.
6.6. 6.7 6.8 6.9 6.10	Выбор места совершения покупок.	5	19.04		овладение социально бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни
6.11 6.12 6.13 6.14 6.15	Отличать продуктовые магазины от хозяйственных.	5	26.04		формирование готовности к самостоятельной жизни.
6.16 6.17 6.18 6.19	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы.	5	03.05		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту

6.20					
6.21 6.22 6.23 6.24 6.25 6.26 6.27	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы.	7	10.05		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
6.28 6.29 6.30 6.31 6.32 6.33 6.34	Повторение изученного.	7	17.05		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
6.35 6.36 6.37 6.38 6.39 6.40 6.41 6.42 6.43 6.44 6.45 6.46 6.47 6.48	Повторение изученного.	14	24.05		способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту
6.49 6.50	Подведение итогов	2	31.05		