

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
пгт Опарино»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения  
учителей предметников

\_\_\_\_\_ Н.А.Воронина

Протокол № 1 от 31.08. 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

\_\_\_\_\_ А.Н. Бабкина

Приказ № 89/1 от 01.09.2023г

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ Е.В.Соколова

**Рабочая программа**  
**учебного предмета «Домоводство»**

Составитель программы:  
Гмызина Л.Н, педагог-психолог

Опарино  
2023

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Нормативно-правовые документы

Программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026)

### 1.2. Общая характеристика учебного предмета

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".

### 1.2. Место в учебном плане

На изучение предмета в годовом учебном плане общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) выделяется:

- 68 ч (2 ч в неделю, 34 учебные недели);

Учебный предмет		Домоводство				
Класс	Количество часов в неделю	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Итого
3	2	17	17	17	17	68
4	2	17	17	17	17	68
7	2	17	17	17	17	68
8	2	17	17	17	17	68

## **2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Домоводство»**

### **2.1. Личностные результаты:**

К личностным результатам относятся:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как "Я";
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 6) освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына (дочери), пассажира, покупателя), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 7) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 11) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **2.2. Предметные результаты**

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.

## **3. Содержание учебного предмета "Домоводство"**

### **Раздел I "Покупки" (18 часов)**

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 II "Обращение с кухонным инвентарем" (13 часов)**

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 III "Приготовление пищи" (22 часа)**

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. 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. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. 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). котлет на сковороде, включение плиты, постановка сковороды на конфорку, переворачивание котлет, выключение электрической плиты, снятие котлет.

## **Раздел IV "Уход за вещами" (7 часов)**

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.

Складывание белья и одежды. Вывешивание одежды на "плечики". Чистка одежды.

#### **Раздел V "Уборка помещения и территории" (8 часов).**

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. 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.

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

#### **4. Тематическое планирование**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
<b>Покупки</b>		
1	<i>Выбор места совершения покупок</i> Супермаркет.	1
2	Сотрудники магазина. Обращение к сотруднику магазина с просьбой.	1
3	Выбор места совершения покупок . Ларек	1
4	Планирование покупок (школьные принадлежности)	1
5	Планирование покупок (посуда)	1
6	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др.	1
7	Ориентация в расположении отделов магазина по названию	1
8	Ориентация в расположении отделов магазина, места для хранения личных вещей и корзинок для товара	1
9	Нахождение нужного товара в магазине ( в 2х и более отделах магазина).	1
10	Нахождение нужного товара в магазине (взвешанный товар).	1
11	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара. Составление последовательности	1
12	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара. Складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом	1
13	Взвешивание товара.	1
14	Складывание покупок в сумку (пакет).	1
15	Складывание покупок (хрупкие, мнущиеся товары)	1
16	Касса. Знакомство с деньгами.	1

17	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе. Действия с деньгами.	1
18	Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе.	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>18 часов</b>
<b>Обращение с кухонным инвентарем</b>		
19	Кухня. Знакомство с кухней. Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля)	1
20	Различение предметов посуды для приготовления пищи (сковорода)	1
21	Различение предметов посуды для приготовления пищи (чайник)	1
22	Различение предметов посуды для приготовления пищи (половник, нож)	1
23	Различение предметов посуды для приготовления пищи	1
24	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (нож, овощечистка)	1
25	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей(терка)	1
26	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (для обработки овощей)	1
27	Электрическая плита. ТБ при работе с плитой	1
28	Последовательность действий при работе с плитой.	1
29	Сервировка. Различение предметов посуды для сервировки стола	1
30	Сервировка стола к обеду. Выбор необходимой посуды	1
31	Различение предметов посуды для обеда	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>13 часов</b>
<b>Приготовление пищи</b>		
32	Правила гигиены на кухне.	1
33	Правила хранения и ухода за одеждой для работы на кухне	2
34	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	1
35	Подготовка к приготовлению блюда. Соблюдение правил гигиены при приготовлении пищи.	2
36	Определение качества продукта (продукты испорченные и годные)	1
37	Отмеривание сыпучих и жидких продуктов.	1
38	Обработка продуктов. Мытье овощей.	1
39	Последовательность действий при варке продукта	2
40	Чистка сырых овощей (картошки) овощечисткой	1
41	Нарезание сырых продуктов кубиком из бруска	1
42	Нарезание сырых продуктов соломкой	1
43	Чистка сырых овощей (огурца) овощечисткой.	1
44	Нарезание огурца кубиком	1
45	Нарезание огурца соломкой	1
46	Приготовление салата. Последовательность действий при приготовлении салата из сырых овощей.	2
47	Напитки. Различение напитков.	1

48	Приготовление чая. Наливание напитков.	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>22 часа</b>
<b>Уход за вещами</b>		
49	Уход за одеждой	1
50	Стирка машинная и ручная	1
51	Машинная стирка	1
52	Соблюдение последовательности действий при машинной стирке	2
53	Складывание одежды.	1
54	Вывешивание одежды на «плечики».	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>7 часов</b>
<b>Уборка помещения и территории</b>		
55	ТБ при работе на улице. Уборка бытового мусора Контейнер.	1
56	Правила работы с метлой.	1
57	Осенние работы. Подметание асфальтированного участка .	1
58	Зимние работы на территории. Уборка снега лопатой.	1
59	Уборка снега: сгребание в кучи, очищение участка от снега	1
60	Уборка пола. Сметание мусора на полу в определенное место.	1
61	Совок. Заметание мусора на совок.	1
62	Мытье стен	1
	<b>ИТОГО:</b>	<b>8 часов</b>
	Всего	68 часов

### 5. Материально-техническое оснащение учебного предмета "Домоводство"

дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) предметов посуды, кухонной мебели, продуктов питания, уборочного инвентаря, бытовой техники; альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с изучаемыми темами учебной программы; изображения алгоритмов рецептуры и приготовления блюд, стирки белья, глажения белья.

оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, подсвечник, скатерть), стиральная машина, тазики, настенные и индивидуальные зеркала, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, комбайн, утюг, фен, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер, микроволновая печь, электровафельница), ковровиновая, грифельная и магнитная доски, уборочный инвентарь (тяпки, лопаты, грабли), тачки, лейки.