



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 76» г. Красноярск

660079, г. Красноярск, ул. 60 лет Октября, 96, тел.: (391) 217-99-17,
e-mail: sch76@mailkrsk.ru

Согласовано на заседании

Утверждено 01.09.2023

ППк МАОУ СШ №76

Пр.01-04-954\1

Протокол № 26

Директор _____ О.Н. Гурина

От « 31 » августа 2023г.

**Рабочая программа
учебного предмета
«ДОМОВОДСТВО»
5 класс
для обучающегося с РАС и умеренной умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

Срок реализации программы: 2023 – 2024 учебный год

Разработана
учителем-дефектологом
Сараниной О.Б.

Красноярск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» составлена на основе Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с РАС и умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- требованиями статьи 14, 32 Закона РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;

- приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- приказом Министерства Просвещения РФ от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- учебным планом МАОУ СШ № 76 на 2023-2024 учебный год.

Программа рассчитана на 68 занятий (по 25 минут 2 раза в неделю).

Цели:

- социальная адаптация учащихся;
- подготовка учеников к посильной хозяйственной деятельности в семье, повышение самостоятельности детей в выполнении хозяйственно-бытовой деятельности.

Задачи:

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

Общая характеристика учебного предмета

Наблюдение и опыт изучения социальной адаптации учащихся, имеющих особенности развития, показывает большие трудности в их приспособлении к самостоятельной практической жизни.

Учащийся часто сам не в состоянии выделить и освоить те социальные компоненты, которые обеспечат ему благополучное существование в современном социуме. Задача предмета «Домоводство» сориентировать, помочь разобраться в окружающей обстановке, сформировать осведомленность в бытовых и социальных вопросах, сформировать адаптивные знания, умения и навыки на доступном уровне. Обучение ребенка с умственной отсталостью ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность посильного 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.

Обучение ведению домашнего хозяйства является важным направлением подготовки школьников к самостоятельной жизни. Благодаря занятиям по домоводству реализуется возможность активного участия ребёнка в работе по дому, воспитывается потребность устраивать свой быт в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Владение простейшими хозяйственно – бытовыми навыками не только снижает зависимость ребёнка от окружающих, но и укрепляет его уверенность в своих силах. Для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большинстве случаев затруднено самостоятельное выполнение даже простых бытовых заданий. Однако, формирование у обучающихся четких алгоритмов выполнения действия, возможность использования различных адаптеров для бытовых приборов, дает возможность участия в данном виде деятельности индивидуально доступным образом, что создает у обучающихся ощущения причастности к работе по дому и существенно повышает качество их жизни.

Уроки домоводства имеют ярко выраженную коррекционную направленность. Домоводство – это организованное социальное общение, позволяющее формировать коммуникативные навыки. Как образовательная область предмет домоводства решает задачу сделать этот процесс осмысленным, а социальное поведение привычным и системным, то есть «привязанным» к определенным жизненным и бытовым ситуациям.

Содержание учебного предмета

Уборка территории

Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки бытового мусора. Сгребание листьев и травы на участке. Специальный инвентарь для работы на участке. Хранение инвентаря. Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки снега. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря для уборки снега.

Уборка помещения

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Инвентарь, средства, знакомство с практическими действиями. Уборка поверхностей интерьера (мебель). Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при уборке. Уборка пола (выбор инвентаря). Сметание мусора на полу. Заметание мусора на совок. Высыпание мусора в урну. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Правила ТБ при работе с пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Соблюдение последовательности действий при мытье пола.

Уход за вещами

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету (белое и цветное белье). Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шерстяная ткань). Сортировка вещей по назначению (постельное, кухонное белье, одежда). Сортировка по предметам одежды (майки, брюки, рубашки, носки). Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание, застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на

просушку). Автоматическая машинка для стирки белья. Закладывание белья в машину. Вынимание белья из машины. Складывание вещей: постельного (кухонного) белья, предметов одежды. Вывешивание одежды на «плечики». Чистка одежды. Складывание вещей на хранение. Определение необходимости мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви. Практическая работа: мытье обуви.

Обращение с кухонным инвентарём

Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож). Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож). Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска). Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.

Приготовление пищи

Узнавание (различение) напитков (вода, чай, сок, какао, лимонад, компот, квас, кофе). Узнавание напитка по упаковке. Узнавание (различение) молочных продуктов (молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое). Узнавание упаковок с молочным продуктом. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знание (соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. 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. Обработка продуктов. Мытье продуктов. Чистка овощей. Резание ножом. Нарезание продуктов кубиками (кольцами, полукольцами). Натирание продуктов на тёрке. 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/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 **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.

Покупки

Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др. Нахождение нужного товара в магазине. Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание 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, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.

Тематическое планирование

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количество часов
<i>Уборка территории</i>		
1	Экскурсия на участок. Работа дворника на прилегающей к школе территории. Наблюдение за работой дворника на улице. Площадка с контейнерами для мусора.	1
2	Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки бытового мусора на территории, прилегающей к школе.	1
3	Выбор инвентаря для подметания дорожек, уборки бытового мусора. Узнавание (различение) площадок и дорожек, предназначенных для уборки. Практическая работа «Уборка территории».	1
4	Практическая работа «Сгребание листьев и травы на участке».	1
5	Узнавание (различение) инвентаря, предназначенного для уборки снега.	1
6	Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега,	1

	перебрасывание снега.	
Покупки		
7	Выбор места совершения покупок (продуктовый магазин).	1
8	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.	1
9	Нахождение нужного товара в магазине.	1
10	Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.	1
11	Складывание покупок в сумку.	1
12	Раскладывание продуктов в места хранения.	1
Обращение с кухонным инвентарём.		
13-15	Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож).	3
16-18	Различение предметов посуды для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож).	3
19-20	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (терка, венчик, овощечистка, разделочная доска).	2
21	Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды.	1
22	Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды.	1
23-25	Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	3
Приготовление пищи		
26-27	Узнавание (различение) напитков (вода, чай, сок, какао, лимонад, компот, квас, кофе). Узнавание напитка по упаковке.	2
28-29	Узнавание (различение) молочных продуктов (молоко, йогурт, творог, сметана, кефир, масло, мороженое). Узнавание упаковок с молочным продуктом.	2
30-31	Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш).	2

32-33	Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	2
34-35	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	2
Уход за вещами		
36	Ручная стирка. Определение необходимости стирки.	1
37	Сортировка белья по цвету (белое и цветное белье).	1
38-39	<i>Ручная стирка белья.</i> Инвентарь, средства, практические действия.	2
40-42	Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	3
43	Наполнение емкости водой.	1
44-45	Узнавание (различение) моющих средств. Их выбор. Отмеривание необходимого кол-ва моющего средства	2
46-47	Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).	2
48-50	Практическая работа: ручная стирка (застирывание, полоскание, отжимание, вывешивание белья на просушку).	3
51	<i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья. Различение составных частей стиральной машины.	1
52	Закладывание белья в машину. Вынимание белья из машины.	1
53-54	<i>Уход за обувью.</i> Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.	2
Уборка помещения		
55	Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.	1
56-57	Практическая работа: вытирание поверхности мебели.	2
58	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при уборке.	1
59	<i>Уборка пола.</i> Одежда и инвентарь для уборки. Хранение инвентаря.	1
60	Уборка пола (выбор инвентаря). Сметание мусора на полу.	1
61	Уборка пола (выбор инвентаря). Заметание мусора на совок.	1
62	Уборка пола (выбор инвентаря). Высыпание мусора в урну.	1
63	Пылесос (без мешка для пыли). Различение основных частей пылесоса.	1

64	Правила ТБ при работе с пылесосом (без мешка для пыли). Подготовка пылесоса к работе.	1
65	Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Чистка поверхности пылесосом (без мешка для пыли).	1
66- 68	Мытье пола. Соблюдение последовательности действий при мытье пола.	3

Материально-техническое обеспечение

1. Оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда
2. Уборочный инвентарь (тряпки, лейки, грабли, метла, веник, совок, лопата)
3. Презентации
4. Обучающие картинки
5. Набор «Магазин»
6. Утюг и гладильная доска
7. Демонстрационные материалы
8. Набор «Мелкий ремонт одежды»

Литература:

- Вместе к самостоятельной жизни: Опыт работы Центра лечебной педагогики и дифференцированного обучения Псковской области / Е.А.Виноградова, Е.А.Зуева, А.Г.Нестерова, А.М.Царев; под ред. А.М.Царева. – Псков: ПОИПКРО, 2014. -161 с.

- Галле А. Г., Головинская Е. Ю. Подготовка младшего обслуживающего персонала 5 класс –Изд. Современные образовательные технологии, Самара 2020.