

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Уковская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена:  
протокол заседания  
МОУ коррекционно-  
развивающего цикла  
от «23» августа 2024г. № 1.  
руководитель МОУ:  
\_\_\_\_\_ /Е. М. Яворская/

Согласовано:  
заместитель директора  
\_\_\_\_\_/ Е.Н. Ладанова /  
«23» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА:  
Приказ № 113 -  
ОД  
от «23» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ДОМОВОДСТВУ**

по адаптированной основной общеобразовательной программе  
для детей с ОВЗ (с легкой умственной отсталостью),  
(интеллектуальными нарушениями) (2 вариант)

Уровень общего образования:  
основное общее образование/ 5 – 9 классы

Срок реализации программы: 5 лет

Составители: Потёмкина Светлана Александровна,  
учитель  
Герасимчук Инна Геннадьевна, учитель

## **1. Пояснительная записка.**

Обучение обучающегося с умственной отсталостью, 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".

## **2. Характеристика учебного предмета**

Домоводство стоит в ряду с теми предметами, которые комплексно решают основные задачи коррекции личностного развития умственно отсталого ребенка, данный предмет практически помогает увеличить степень самостоятельности воспитанников в повседневной жизни.

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с 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.

Реализация комплексного подхода к воспитанию нравственных свойств личности особенно актуальна в отношении детей и подростков с умственной отсталостью, так как они являются полноправными членами общества.

усилия детей надо всячески поощрять. Итогом результатов учебного года может стать праздник, на котором учащиеся совместно с педагогами показывают свои знания и практические умения по домоводству.

## **3. Место в учебном плане**

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Домоводство» обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе

образования детей с ОВЗ. Рабочая программа рассчитана на учебный год – 3 раза в неделю общая трудоемкость 102 часа для -V классов (34 учебные недели); 5 раз в неделю общая трудоемкость 170 часов для VI –IX классов (34 учебные недели).

Промежуточная аттестация проводится на последней учебной неделе 2 полугодия (май) в виде описательной характеристики. В учебном плане предмет представлен с 5 по 9 год обучения.

#### **4. Предметные 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.

#### **5. 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.

### Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1.	Введение	6	3	
2.	Жилище	4	2	
3.	Уход за жилищем	6	3	
4.	Помощники в доме	8	3	
5.	Повторение			
6.	Окна, стекла, зеркала в доме	4	4	
7.	Насекомые и грызуны в доме - источники опасных заболеваний	4	3	
8.	Животные в городской квартире	4	2	
9.	Домашние животные	4	2	
10.	Одежда	7	3	
11.	Обувь	4	2	
12.	Белье	4	2	
13.	Повторение	3	1	
14.	Итого	68	30	

### Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
15.	Повторение	2	1	1
16.	Завтрак	6		6
17.	Обед	12	7	5
18.	Ужин	4		4
19.	Хлеб в доме	4	3	1

## Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1.	Повторение	2	2	
2.	Наше жилище	6	5	1
3.	Квартира	4	4	
4.	Растения в доме	4	2	2
5.	Зимние вещи	4	3	1
6.	Гигиена тела, нижнее бельё	4	4	
7.	Стираем бельё	8	7	1
8.	Кухня	10	10	
9.	Организация питания семьи	10	5	5
10.	Молоко	2	1	1
11.	Домашние заготовки	6	6	
12.	Сад и огород	6	5	1
13.	Повторение	2		2
14.	Итого	68	54	14
20.	Соль, сахар, пряности, приправы	2	2	
21.	Праздник в доме	8	8	
22.	Праздничная кулинария (12ч)	12	6	6
23.	Ремонт в доме (16ч)	16	11	5
24.	Повторение (2ч)	2	2	
25.	Итого	68	40	28

## Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1	<b>Разумная экономика</b>	14	10	4

	Бюджет семьи. Планирование расходов. Вещи долговременного пользования, накопления.			
2	<b>Наши ближайшие планы.</b> Организация режима жизни членов семьи. Планирование рабочих и выходных дней. Распределение обязанностей на неделю	4	3	1
3	<b>Здоровье.</b> Гигиенический режим. Источники заболеваний. Профилактика заболеваний. Травмы, ожоги. Правила вызова врача, «скорой помощи». Уход за больным в доме.	8	6	2
4	<b>Домашняя аптечка.</b> Правила комплектования аптечки. Лекарственные средства. Правила обращения с лекарствами, их хранение.	5	4	1
5	<b>Здоровье и красота.</b> Понятие о здоровом образе жизни. Внешняя красота. Её правила. Гигиенические правила для девушек. Юношей. Косметические средства.	10	8	2
6	<b>Правила этики.</b> Правила поведения в общественных местах, гостях. Правила общения.	4	3	1
7	<b>Организация досуга</b> Понятия «досуг», «отдых», «развлечения». Отдых, его разновидности. Развлечения, их виды. Организация досуга.	15	10	5
8	<b>Летний отдых.</b> Планирование отдыха на лето. Бюджет отдыха. Подготовка к путешествию. Перечень вещей для отдыха.	8	4	4
	Итого:	68	48	20

### Тематическое планирование 9 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практические работы
1	Я и моя будущая семья.	14	14	
2	Как возникает семья (планирование семьи).	14	14	
3	Домашний умелец.	24	4	20
4	Эстетика пришкольного участка	16	10	6
	Итого:	68	42	26

### 6. Тематический план

5 класс



## 7. Материально-техническое оснащение

Для реализации программы материально-техническое обеспечение предмета включает: натуральные объекты, муляжи, макеты, предметные и сюжетные картинки, пиктограммы с изображением объектов (в школе, во дворе, в городе), действий, правил поведения и т.д. Кроме того, используются аудио и видеоматериалы, презентации, мультипликационные фильмы, иллюстрирующие социальную жизнь людей, правила поведения в общественных местах и т.д.; рабочие тетради с различными объектами окружающего социального мира для раскрашивания, вырезания, наклеивания и другой материал; обучающие компьютерные программы, способствующие формированию у детей доступных социальных представлений. Необходимым оборудованием для иллюстрации социальных явлений являются: компьютер, видеопроектор и другое мультимедийное оборудование.

- компьютерные обучающие игры (например, «Лунтик познает мир»)
- натуральные объекты (игрушки, одежда), муляжи, макеты.
- детские наборы посуды, предметы быта;
- предметные, сюжетные картинки
- дидактические игры: «Одежда», «Лото – профессий», «Пазлы – профессий», «Транспорт»
- аудио и видеоматериалы, презентации, иллюстрирующие социальную жизнь людей, правила поведения в общественных местах.
- тетради – раскраски с различными объектами окружающего социального мира.- комплект рабочих тетрадей "Я-говорю!" под редакцией Л. Б. Баряевой, Е. Т. Логиновой, Л. В. Лопатиной (из серии "Ребенок в семье", "Ребенок и его игрушки", "Ребенок в школе", "Ребенок и его дом".
- детские наборы «Больница», «Магазин»;

### Список литературы:

1. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Рабочая тетрадь (1-4). – СПб.: Детство-Пресс, 2009.
2. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Под.ред. Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011.
3. Боровская И.К.-Воспитание и обучение детей в условиях домов-интернатов,-Минск, 2007г.
4. Девяткова Т.А.,Кочетова Л.Л.-Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях УШ вида-М.,-Гуманит. изд.центр ВЛАДОС, 2003.
5. Васильева М.А. Трудовое воспитание//Дошкольное воспитание.- 2005, -№4,- с.18.
6. Вершинина О.М.-Система коррекционной работы с детьми со сложной структурой дефекта,-М.:РУДН,2007г.др.;Под ред.С.А.Козловой.-М:Издательский центр "Академия",2003 – 144с.
7. Коррекционно-педагогическая работа с детьми со сложной структурой дефекта: Программа формирования продуктивных видов деятельности у детей в условиях интегративного обучения.-М.,-ВЛАДОС,2007г.
8. Моржина Е.В. Формирование навыков самообслуживания на занятиях и дома,- М.:Теревинф,2006г.
9. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: программно-методические материалы/под.ред.И.М.Бгажноковой.-М.:Гуманитар. Изд. Центр

ВЛАДОС,2007г.