

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Уковская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена:  
протокол заседания  
МОУ коррекционно-  
развивающего цикла  
от «16» августа 2021г. № 1  
руководитель МОУ:  
\_\_\_\_\_ / Е.В.Чирская /

Согласовано:  
заместитель директора  
\_\_\_\_\_ / Е.Н. Ладанова /  
«16» августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНА:  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по предмету «Домоводство»**

по адаптированной основной общеобразовательной программе для детей с ОВЗ (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью), (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) (обучение на дому)

Уровень общего образования:  
основное общее образование/ 6 класс

Срок реализации программы 1 год  
Количество часов: 68ч

Учитель: Кобленева Елена Александровна,  
первая квалификационная категория

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» составлена на основе Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы для детей с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) (обучение на дому).

**Цель:** формирование у учащихся знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

**Задачи:**

- формирование бытовых умений и навыков;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни;
- формирование модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных ситуациях.

## **Общая характеристика предмета**

Рабочая программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности учащихся, уровня их общего и речевого развития, подготовки к усвоению учебного материала, специфических отклонений в развитии, требующих индивидуальной или групповой работы.

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.

### **Место предмета в учебном плане**

Образовательная область – окружающий мир.

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и в соответствии с учебным планом образовательного учреждения рабочая программа по математическим представлениям 6 класса рассчитана на:

- сроки освоения: 1 год
- форма обучения: очная
- режим занятий: 2 часа в неделю
- объем учебного времени: 6 класс: 68 часов в год

## **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

- Ценность патриотизма, гражданственности - любовь к России, своему народу, своему краю; служение Отечеству.
- Ценность нравственных чувств – нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; уважение к родителям; уважение достоинства человека, ответственность и чувство долга; забота и помощь. Мораль, честность, щедрость, забота о старших и о младших; толерантность.
- Ценность трудолюбия, творческого отношения к учению, труду и жизни- уважение к труду; творчество и созидание; стремление к познанию и истине; целеустремлённость и настойчивость; бережливость, трудолюбие.
- Ценность природы, окружающей среды - родная земля; заповедная природа; экологическое сознание.
- Ценность прекрасного – красота; гармония; духовный мир человека; эстетическое развитие; самовыражение в творчестве и искусстве.

## **Планируемые результаты освоения программы**

Обучающиеся получают возможность научиться:

- соблюдению личной гигиены, навыкам самообслуживания по мере своих возможностей;
- различать предметы одежды, обуви, мебели по названию и назначению, осуществлять элементарные способы ухода за ними;
- различать продукты питания по названию и внешнему виду, понимать их пользу;
- выполнять ряд действий с продуктами питания;
- пользоваться предметами посуды, столовыми приборами и некоторыми предметами обихода и бытовыми приборами, соблюдая правила безопасности.

## Содержание учебного предмета

### Уборка территории

Выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории. Специальный инвентарь для работы на участке. Сгребание листьев и травы. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега. Хранение инвентаря.

### Уборка помещения

Узнавание (различение) чистого и грязного помещения. Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке. Выбор одежды, инвентаря, средств для уборки мебели. Соблюдение последовательности действий при уборке. Мытьё поверхности мебели. Соблюдение последовательности действий при мытье пола. Пылесос. Различение основных частей пылесоса. Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом. Правила ТБ при работе с пылесосом. Чистка поверхности пылесосом. Подготовка пылесоса к работе. Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды. Соблюдение последовательности действий при мытье стеклянных вещей. Мытьё стеклянных вещей.

### Уход за вещами

Ручная стирка. Определение необходимости стирки. Сортировка белья по цвету, составу ткани, предметам одежды. Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке. Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки. Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства. Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины. Соблюдение последовательности действий при машинной стирке. Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества. Закладывание белья в машину. Стирка цветных х/б вещей (детские вещи). Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки. Мытьё (сушка) машины. Глажение утюгом. Узнавание (различение) составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры, клавиша пульверизатора). Соблюдение последовательности действий при глажении белья. Складывание вещей на длительное хранение (на лето). Определение необходимости чистки обуви спец.средствами. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Знание (различение) средств для чистки обуви. Выбор средства для чистки обуви. Соблюдение последовательности действий при чистке обуви. Чистка обуви. Ремонт вещей. Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.

### Обращение с кухонным инвентарём

Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды. Различение бытовых приборов по назначению (миксер, тостер, СВЧ-печь). Соблюдение последовательности действий при

пользовании электроприборами. Знание правил техники безопасности при использовании электроприборов на кухне. Хранение электроприборов. Мытьё приборов. Выбор посуды и столовых приборов. Раскладывание столовых приборов и посуды. Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к ужину: накрывание стола скатертью, расставление посуды, раскладывание столовых приборов, раскладывание салфеток, расставление солонки и ваз, расставление блюд.

## **Приготовление пищи**

Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Подготовка кухни. Выбор спец.инвентаря для работы на кухне. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда. Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Узнавание (различение) мучных изделий, требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макаронны, вермишель, рожки). Узнавание (различение) круп и бобовых, готовых к употреблению (консервированная фасоль, кукуруза, горошек, свежий горох) и требующих обработки (приготовления) (греча, рис, пшено и др. крупы, бобовые). Знакомство со способами обработки (приготовления) круп и бобовых. Знание (соблюдение) правил хранения круп и бобовых. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи. Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении ужина. Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи. Соблюдение последовательности действий при приготовлении компота, киселя, отварных макарон, отварного картофеля, картофельного пюре, каш на воде и молоке, запеканки из крупы: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря.

## **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. Расчётные операции в магазине. Использование банковских карт. Складывание покупок в сумку. Соблюдение последовательности действий при расчёте на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара, передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи. Раскладывание продуктов в места хранения.



## Тематическое планирование по предмету «Домоводство»

| №п/п | Тема урока   | Кол-во часов |
|------|--|--------------|
|      | <b>Покупки 10ч</b>   |              |
| 1    | Выбор места совершения покупок (магазин овощи-фрукты).   | 0,5          |
| 2    | Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.  | 0,5          |
| 3    | Нахождение нужного товара в магазине.  | 0,5          |
| 4    | Соблюдение последовательности действий при взвешивании товара: складывание продукта в пакет, выкладывание на весы, нажатие на кнопку, приклеивание ценника к пакету с продуктом.                 | 0,5          |
| 5    | Складывание покупок в сумку.   | 0,5          |
| 6    | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.   | 0,5          |
| 7    | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: передача денег, карты скидок кассиру, получение чека и сдачи.   | 0,5          |
| 8    | Раскладывание продуктов в места хранения.  | 0,5          |
| 9    | Экскурсия в магазин «Овощи-фрукты».  | 0,5          |
| 10   | Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.   | 0,5          |
| 11   | Выбор места совершения покупок (магазин молочных продуктов).   | 0,5          |
| 12   | Ориентация в расположении отделов магазина, кассы, туалет и др.  | 0,5          |
| 13   | Нахождение нужного товара в магазине.  | 0,5          |
| 14   | Соблюдение последовательности действий при выборе товара.  | 0,5          |
| 15   | Соблюдение последовательности действий при выборе товара.  | 0,5          |
| 16   | Складывание покупок в сумку.   | 0,5          |
| 17   | Соблюдение последовательности действий при расчете на кассе: выкладывание товара на ленту, пробивание кассиром товара.   | 0,5          |
| 18   | Раскладывание продуктов в места хранения.  | 0,5          |
| 19   | Экскурсия в магазин «Молочные продукты».   | 0,5          |
| 20   | Расчётные операции в магазине. Использование наличных денег.   | 0,5          |
|      | <b>Обращение с кухонным инвентарём. 12,5ч</b>  |              |
| 21   | Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка. | 0,5          |
| 22   | Узнавание (различение) моющих средств, специальных чистящих приспособлений для мытья посуды.   | 0,5          |
| 23   | Практическая работа: мытьё посуды (чашки, тарелки).  | 0,5          |
| 24   | Практическая работа: мытьё посуды (ложки, вилки, ножи).  | 0,5          |
| 25   | Практическая работа: мытьё посуды (кастрюли, сковородки).  | 0,5          |
| 26   | Практическая работа: мытьё посуды (овощечистка, разделочная доска)   | 0,5          |
| 27   | Рациональное размещение посуды в кухонном шкафу.   | 0,5          |
| 28   | Узнавание (различение) кухонных принадлежностей (шумовка, дуршлаг, половник). Практическое применение.   | 0,5          |
| 29   | Различение бытовых приборов по назначению (блендер). Знание правил техники безопасности при пользовании блендером.   | 0,5          |
| 30   | Соблюдение последовательности действий при пользовании   | 0,5          |

|    |  |     |
|----|--|-----|
|    | блендером  |     |
| 31 | Мытьё блендера после использования   | 0,5 |
| 32 | Хранение блендера.   | 0,5 |
| 33 | Различение бытовых приборов по назначению (электрический чайник).  | 0,5 |
| 34 | Знание правил техники безопасности при пользовании электрическим чайником.   | 0,5 |
| 35 | Соблюдение последовательности действий при пользовании электрическим чайником.   | 0,5 |
| 36 | Мытьё чайника по мере загрязнения  | 0,5 |
| 37 | Хранение электрического чайника.   | 0,5 |
| 38 | Различение бытовых приборов по назначению (холодильник).   | 0,5 |
| 39 | Знание правил техники безопасности при пользовании холодильником.  | 0,5 |
| 40 | Соблюдение последовательности действий при пользовании холодильником.  | 0,5 |
| 41 | Мытьё холодильника по мере загрязнения   | 0,5 |
| 42 | Уход за холодильником.   | 0,5 |
| 43 | Выбор посуды и столовых приборов.  | 0,5 |
| 44 | Раскладывание столовых приборов и посуды.  | 0,5 |
| 45 | Соблюдение последовательности действий при сервировке стола к завтраку   | 0,5 |
|    | <b>Приготовление пищи<sup>17ч</sup></b>  |     |
| 46 | Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи  | 0,5 |
| 47 | Подготовка кухни. Выбор спец.инвентаря для работы на кухне.  | 0,5 |
| 48 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.  | 0,5 |
| 49 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда  | 0,5 |
| 50 | Соблюдение правил и последовательности действий при обработке продуктов: мытьё продуктов, чистка овощей, резание ножом, натирание продуктов на тёрке.                            | 0,5 |
| 51 | Практическая работа: мытьё продуктов.  | 0,5 |
| 52 | Практическая работа: чистка овощей (картофель, морковь).<br>53Практическая работа: чистка овощей (свёкла, кабачок).  | 0,5 |
| 54 | Практическая работа: чистка овощей (лук, чеснок).  | 0,5 |
| 55 | Практическая работа: резание ножом (хлеб)  | 0,5 |
| 56 | Практическая работа: нарезание продуктов (овощи).  | 0,5 |
| 57 | Практическая работа: натирание продуктов на тёрке (овощи).   | 0,5 |
| 58 | Знание (соблюдение) правил гигиены при приготовлении пищи.   | 0,5 |
| 59 | Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда   | 0,5 |
| 60 | Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда  | 0,5 |
| 61 | Поддержание чистоты рабочего места в процессе приготовления пищи.  | 0,5 |
| 62 | Санитарно-гигиенические требования и правила ТБ при приготовлении завтрака.  | 0,5 |
| 63 | Соблюдение последовательности действий при приготовлении чая: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (электрический чайник, заварочный чайник, чайный сервиз).               | 0,5 |
| 64 | Приготовление завтрака. Практическая работа: заваривание чая.  | 0,5 |
| 65 | Сервировка стола к завтраку: чайная церемония.   | 0,5 |
| 66 | Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутербродов: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (нож, разделочная доска, сервировочная тарелка). Нарезка хлеба. | 0,5 |
| 67 | Сервировка стола к завтраку: холодные бутерброды.  | 0,5 |
| 68 | Приготовление завтрака. Практическая работа: горячие   | 0,5 |

|     |   |     |
|-----|---|-----|
|     | бутерброды.   |     |
| 69  | Сервировка стола к завтраку: горячие бутерброды.  | 0,5 |
| 70  | Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.   | 0,5 |
| 71  | Сервировка стола к завтраку: яичница.   | 0,5 |
| 72  | Приготовление завтрака. Практическая работа: омлет  | 0,5 |
| 73  | Сервировка стола к завтраку: омлет  | 0,5 |
| 74  | Приготовление завтрака. Практическая работа: яичница.   | 0,5 |
| 75  | Сервировка стола к завтраку: яичница  | 0,5 |
| 76  | Соблюдение последовательности действий при приготовлении салата: выбор продуктов, выбор кухонного инвентаря (овощечистка, нож, разделочная доска, салатник), мытьё овощей,... | 0,5 |
| 77  | Сервировка стола к завтраку: салат.   | 0,5 |
| 78  | Приготовление завтрака. Практическая работа: винегрет   | 0,5 |
| 79  | Сервировка стола к завтраку: винегрет.  | 0,5 |
|     | <b>Уборка территории 2ч</b>   |     |
| 80  | Работа дворника на прилегающей к Центру территории. Наблюдение за работой дворника на улице   | 0,5 |
| 81  | Узнавание (различение) инвентаря и спецодежды, предназначенного для уборки снега.   | 0,5 |
| 82  | Практическая работа. Уборка снега: сгребание снега, перебрасывание снега  | 0,5 |
| 83  | Хранение инвентаря для уборки снега.  | 0,5 |
|     | <b>Уход за вещами 12,5ч</b>   |     |
| 84  | Ручная стирка. Определение необходимости стирки.  | 0,5 |
| 85  | Сортировка белья по цвету (таблица цветов).   | 0,5 |
| 86  | Сортировка белья по составу ткани (хлопчатобумажная и шёлковая ткань).  | 0,5 |
| 87  | Сортировка вещей по назначению (нижнее бельё, уличная одежда, школьная форма).  | 0,5 |
| 88  | Сортировка по предметам одежды (платья, юбки, брюки, колготки).   | 0,5 |
| 89  | <i>Ручная стирка белья.</i> Санитарно-гигиенические требования к ручной стирке. Инвентарь, средства, практические действия  | 0,5 |
| 90  | Соблюдение последовательности действий при ручной стирке  | 0,5 |
| 91  | Наполнение емкости водой. Температурный режим. Определение температуры воды для стирки  | 0,5 |
| 92  | Узнавание (различение) моющих средств. Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства   | 0,5 |
| 93  | Практическая работа: ручная стирка (наполнение ёмкости водой, выбор моющего средства, замачивание).   | 0,5 |
| 94  | <i>Машинная стирка.</i> Автоматическая машинка для стирки белья. Узнавание (различение) составных частей стиральной машины.   | 0,5 |
| 95  | Соблюдение последовательности действий при машинной стирке  | 0,5 |
| 96  | Установка программы (температурного режима). Выбор средства для стирки. Отмеривание необходимого количества.  | 0,5 |
| 97  | Закладывание белья в машину.  | 0,5 |
| 98  | Стирка белых х/б вещей (кухонные полотенца, салфетки).  | 0,5 |
| 99  | Вынимание белья из машины. Вывешивание белья для просушки.  | 0,5 |
| 100 | Мытьё (сушка) машины  | 0,5 |
| 101 | <i>Уход за одеждой.</i> Складывание вещей с предварительной   | 0,5 |

|     |   |     |
|-----|---|-----|
|     | сортировкой.  |     |
| 102 | Вывешивание одежды на вешалки различной конфигурации.   | 0,5 |
| 103 | Сухая чистка одежды   | 0,5 |
| 104 | Складывание вещей на длительное хранение (на зиму).   | 0,5 |
| 105 | <i>Уход за обувью.</i> Определение необходимости мытья обуви. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви.                         | 0,5 |
| 106 | Знание (различение) средств для мытья обуви.<br>Выбор средства для мытья обуви.   | 0,5 |
| 107 | Соблюдение последовательности действий при мытье обуви  | 0,5 |
| 108 | Практическая работа: мытьё обуви.   | 0,5 |
|     | <b><i>Уборка помещения 11,5ч</i></b>  |     |
| 109 | Узнавание (различение) чистого и грязного помещения.  | 0,5 |
| 110 | <i>Уборка мебели.</i> Виды мебели, требующие мытья поверхности. Санитарно-гигиенические требования к уборке                                   | 0,5 |
| 111 | Практическая работа: мытьё поверхности мебели. Оценка результата работы.  | 0,5 |
| 112 | Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой по теме.   | 0,5 |
| 113 | <i>Уборка пола.</i> Санитарно-гигиенические требования к уборке помещений (мытьё пола). Соблюдение правил ТБ при уборке помещения             | 0,5 |
| 114 | Соблюдение последовательности действий при мытье деревянного крашеного пола. Правила ТБ при мытье деревянного крашеного пола. Выбор инвентаря | 0,5 |
| 115 | Виды полов (покрытия полов). Пол, покрытый линолеумом   | 0,5 |
| 116 | Соблюдение последовательности действий при мытье пола, покрытого линолеумом.  | 0,5 |
| 117 | Практическая работа. Мытьё пола, покрытого линолеумом   | 0,5 |
| 118 | Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой  | 0,5 |
| 119 | Пылесос (с мешком для сбора пыли). Различение основных частей пылесоса.<br>Правила ТБ при работе с пылесосом (с мешком для сбора пыли).       | 0,5 |
| 120 | Соблюдение последовательности действий при уборке пылесосом.  | 0,5 |
| 121 | Практическая работа. Чистка поверхности пылесосом (с мешком для сбора пыли).  | 0,5 |
| 122 | Чистка пылесоса (с мешком для сбора пыли) после уборки.   | 0,5 |
| 123 | <i>Уборка зеркальных и стеклянных поверхностей.</i> Правила ТБ при мытье стеклянных поверхностей. Выбор инвентаря, средств, спецодежды.       | 0,5 |
| 124 | Соблюдение последовательности действий при мытье зеркала (повторение).  | 0,5 |
| 125 | Практическая работа: мытьё зеркала (повторение)   | 0,5 |
| 126 | Соблюдение последовательности действий при мытье окна.  | 0,5 |
| 127 | Практическая работа: мытьё стекла.  | 0,5 |
| 128 | Нахождение технического персонала на территории Центра, обращение с просьбой о помощи   | 0,5 |
| 129 | <i>Мелкий ремонт.</i> Правила ТБ при выполнении ремонтных работ.  | 0,5 |
| 130 | Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.  | 0,5 |
| 131 | Выполнение ремонтных работ. Пришивание пуговицы.  | 0,5 |
|     | <b><i>Уборка территории 2,5ч</i></b>  |     |
| 132 | Нахождение дворника на прилегающей территории, обращение к  | 0,5 |

|     |  |          |
|-----|--|----------|
|     | нему с просьбой.   |          |
| 133 | Самостоятельный выбор инвентаря и спецодежды для уборки территории | 0,5      |
| 134 | Уборка территории: сгребание травы и листьев                       | 0,5      |
| 135 | Уборка территории: сгребание травы и листьев.                      | 0,5      |
| 136 | Уход за уборочным инвентарем                                       | 0,5      |
|     | Итого:   | 68 часов |

## Материально – техническое обеспечение

| Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) |  |
|---|--|
| 1   | Программа обучения детей с умеренной и выраженной умственной отсталостью в 5-9 классах. В 2ч. Ч1/сост.: Т.Б. Баширова, С.М.Соколова  |
| Печатные пособия                            |  |
| 2   | Наборы сюжетных (и предметных) картинок в соответствии с тематикой<br>Таблицы  |
| Технические средства обучения               |  |
| 3   | Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, картинок<br>Настенная доска для крепления картинок<br>Компьютер (по возможности)<br>Принтер (по возможности) |
| Экранно-звуковые пособия                    |  |
| 4   | Аудиозаписи в соответствии с программой обучения<br>Видеофильмы  |
| Игры и игрушки                              |  |
| 5   | Наборы ролевых игр, игрушек<br>Настольные развивающие игры   |
| 6   | <b>Оборудование и приборы:</b><br>Мозаика, разборные игрушки, ножницы, салфетки, иглы, нитки   |