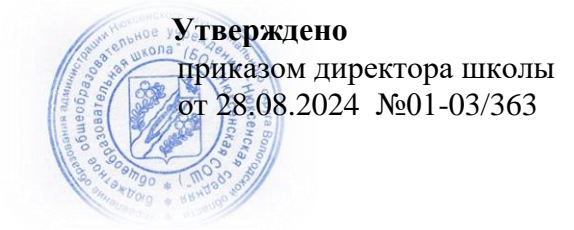


бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нюксенская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено
педагогическим советом
Протокол №1 от 28.08.2024 г.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Домоводство»

5 - 9 классы (2 вариант)

на 2024 – 2025 учебный год

Учитель: Ермолинская Надежда Андреевна
высшая квалификационная категория

с. Нюксеница
2024 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по домоводству разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

1. Приказ Минпросвещения от 24.11.2022 номер 1026 " Об утверждении ФАООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
2. Положение о рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей в соответствии с требованиями ФГОС, ФАООП и ФОП начального общего, основного общего и среднего общего образования БОУ «Нюксенская СОШ», утверждённое приказом БОУ «Нюксенская СОШ» № 01-03/387 от 30.08.2023 года.

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.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Домоводство» входит в обязательную часть учебного плана БОУ «Нюксенская СОШ» и является основной частью предметной области – «Окружающий мир».

Максимальный объём нагрузки обучающихся определен требованиями ФГОС. Изучение предмета «Домоводство» рассчитано следующим образом:

Год обучения	В неделю	Количество недель	Всего в учебном году
5	3 часа	34	102 часа
6	5 часов	34	170 часов
7	5 часов	34	170 часов
8	5 часов	34	170 часов
9	5 часов	34	170 часов

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения программы по домоводству в 5 – 9 классах 2 варианта включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающихся, социально значимые ценностные установки.

- оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норм и ценностей: в предложенных ситуациях отмечать конкретные

поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие;

- объяснять с позиции общечеловеческих нравственных ценностей, почему конкретные поступки можно оценить как хорошие или плохие;
- самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей);
- в предложенных ситуациях, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить.

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.

Основное содержание предмета, практические работы.

В каждый раздел программы внесены уроки, реализующие региональный компонент.

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 с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Раздел	Наименование темы	Основные виды учебной деятельности	Воспитательный потенциал
I. Приготовление пищи	Столовая посуда. Назначение столовой посуды. Обращение с посудой	Изучают тему с помощью презентации; Слушают рассказ учителя; Разгадывание загадок; Выполняют рисунки столовой посуды; Игра «Чудесный мешочек»	Воспитание стремления к выполнению правил хорошего тона за столом. Воспитание уважения к старшим и сверстникам, к результатам работы окружающих.
	Чайная посуда. Назначение чайной посуды. Обращение с посудой.	Изучают тему с помощью презентации; Слушают рассказ учителя; Выполняют рисунки чайной посуды	
	Кухонная посуда. Назначение кухонной посуды. Обращение с посудой.	Изучают тему с помощью презентации; Слушают рассказ учителя; Выполняют рисунки кухонной посуды; Игра «Найди и назови»	
	Соблюдение правил гигиены при приготовлении пищи	Слушают рассказ учителя; Делают записи в тетради;	
II. Уход за вещами	Ручная стирка. Выбор моющего средства	Презентация «Моющие средства для ручной стирки»; Приклеивают в тетради моющие средства	Воспитание уважения к старшим и сверстникам, к результатам работы
	Замачивание белья. Пр.р.	Наблюдение за действиями учителя;	

		Практическая работа	окружающих.
	Ручная стирка. Застирывание белья. Пр. р.	Практическая работа с индивидуальным заданием.	
	Ручная стирка. Полоскание, выжимание белья. Пр.р.	Практическая работа с индивидуальным заданием.	
	Вывешивание белья на просушку. Пр.р.	Наблюдение за действиями учителя; Повторение; Практическая работа.	
	Складывание белья и одежды. Пр.р.	Наблюдение за действиями учителя; Повторение; Практическая работа.	
III. Уборка помещений и территории	Уборка снега (сгребание снега, перебрасывание снега)	Практическая работа с индивидуальным заданием.	
	Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора. Пр.р.		
	Вытирание поверхности мебели. Пр.р.		
	Сметание мусора на полу в определенное место. Пр.р. Заметание мусора на совок.		
	Сгребание старой травы и листьев. Пр. р.	Повторение; Практическая работа.	
	Подметание территории	Повторение правил по технике безопасности с инструментом.	
IV. Покупки	Планирование покупок. Выбор места совершения покупок.	Слушают объяснения учителя; Работа с раздаточным материалом; Экскурсия в магазин, изучают, находят самостоятельно виды товара. Наблюдение за действиями учителя; Самостоятельная работа с весами; Практическая работа. Делают записи в тетради.	Воспитание стремления к соблюдению правил поведения в общественных местах. Воспитание уважительного отношения к труду окружающих.
	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы. Пр.р.		
	Взвешивание товара.		
	Складывание покупок в сумку. Пр.р.		
	Расчет на кассе. Пр.р.		
	Места хранения продуктов. Пр.р.		
V. Обращение с кухонным инвентарём	Разделение кухонного инвентаря по его назначению. Электроприборы на кухне.	Изучают тему с помощью презентации; Делают рисунки в тетради; Игра «Угадай, что это»	Воспитание уважения к старшим и сверстникам, к результатам работы окружающих.
	Мытье чашек, ополаскивание, сушка. Пр.р. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке	Практическая работа с соблюдением последовательности действий; Опрос учащихся.	
	Мытье блюдец, ополаскивание, сушка. Пр.р. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке	Практическая работа с соблюдением последовательности действий; Опрос учащихся.	

	Мытье чайных ложек, ополаскивание, сушка Пр.р.	Практическая работа с соблюдением последовательности действий; Опрос учащихся.	
	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда. Пр.р.	Практическая работа с индивидуальным заданием; Игра « Угадай, что за блюдо»	

Материально-техническое обеспечение

Компьютерные презентации на тему

1. Чайная посуда (<https://kopilkaurokov.ru/>)
2. Столовая посуда (<https://kopilkaurokov.ru/>)
3. Кухонная посуда (<https://kopilkaurokov.ru/>)

4. Правила и приемы ухода за посудой (<https://infourok.ru/prezentaciya-po-sbo-pravila-i-priemi-uhoda-za-posudoy-klass-2404019.html>)

5. Повседневный уход за одеждой (<https://infourok.ru/prezentaciya-povsednevniy-uhod-za-odezhdoy-klass-2404009.html>)

6. Дидактический материал - 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.

7. Раздаточный материал.- овощи, фрукты, продукты, посуда.

Оборудование: кухонная мебель, кухонная посуда (кастрюли, сковороды, чайники, тарелки, ложки, ножи, вилки, кружки и др.), таймер, предметы для украшения интерьера (ваза, скатерть и др.), тазики, гладильная доска, бытовая техника (чайник электрический, блендер, утюг, пылесос, электрическая плита, электрическая духовка, миксер,), уборочный инвентарь (лопаты, грабли), лейки и др.