

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАРАТСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Рассмотрено на методическом объединении от <u>30.08</u> 2023г № <u>1</u>	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР <u>Витязева А.С.</u>	УТВЕРЖДЕНО Приказ директора МОУ Харатская СОШ от <u>31.08</u> 2023г № <u>118</u> <u>Коваленков С.М.</u> Коваленков С.М.
---	---	--

**Адаптированная рабочая программа**

**«Домоводство» 7 класс**

**(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ -2 ВАРИАНТ)**

**НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Учитель  
Макарова А.Я

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» для 7-го класса на 2023-2024 учебный год составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования; Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2), на основе авторской программы «Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта» - программно-методические материалы под ред. И.М. Бгажноковой. М.: Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2017.

**Цель обучения** – повышение самостоятельности детей 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.

Рабочая программа составлена с учётом особенностей и возможностей овладения учащимися с интеллектуальными нарушениями учебного материала. Учебная программа составлена с учётом особенностей познавательной деятельности учащихся, уровня их общего и речевого развития, подготовки к усвоению учебного материала, специфических отклонений в развитии, требующих индивидуальной или групповой коррекции.

## **2. Общая характеристика учебного предмета**

Обучение ребенка с умственной отсталостью, с ТМНР 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 устроить 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.

Освоенные действия ребенок может в последующем применять как в быту, так и в трудовой деятельности.

Программа по домоводству включает следующие разделы: «Покупки», «Уход за вещами», «Обращение с кухонным инвентарем», «Приготовление пищи», «Уборка помещений и территории».

Уроки домоводства позволяют применять на практике интеллектуальные умения (счет, чтение, письмо), а также практические навыки по шитью, ремонту дома, огородничеству и др.

Уроки домоводства создают богатейшие возможности для развития познавательной деятельности и личностной сферы учащихся, так как организация практических занятий, а также экскурсии в магазины, предприятия хозяйственного и бытового обслуживания демонстрируют образцы поведения человека в труде, учат навыкам общения..

Учебно-воспитательные задачи на занятиях по домоводству должны решаться в конкретных видах деятельности самих учащихся, организованных учителем на доступных и понятных для них заданиях и упражнениях. Именно практические упражнения являются основным методом обучения учащихся 5—7 классов

### **Методы обучения:**

- словесные (рассказ, объяснение, беседа, работа с дополнительной литературой)
- наглядные (наблюдения, демонстрация образцов, показ презентаций)

- практические (практические занятия, экскурсии)
- игровые (ролевые, деловые игры)

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане

7 класс- 5 часов в неделю-34учебных недели- всего 170 часов

### 4.Планируемые результаты освоения учебного предмета

#### Личностные результаты:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- Формирование функциональной грамотности.

#### Предметные результаты:

1) *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, др.
- Умение соблюдать технологические процессы в хозяйственно-бытовой деятельности: стирка, уборка, работа на кухне, др.
- 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.

#### По окончании 7 класса дети в разной степени могут овладеть следующими умениями и навыками:

- планировать покупки, находить товары в магазине, складывать товар в сумку, раскладывать продукты в места хранения.
- правила расчетов за коммунальные и бытовые услуги;
- планировать расходы в семье;
- сервировать стол, различать грязную и чистую посуду;
- выбирать продукты для приготовления блюда;

- мыть, чистить, резать ножом, нарезать кубиками, кольцами, полукольцами овощи, натирать продукты на тёрке; раскатывать тесто, перемешивать ложкой;
- стирать руками;
- гладить вещи;
- складывать бельё и одежду;
- мыть обувь;
- подметать пол;
- мыть пол;
- мыть стекла
- сгребать, перебрасывать снег;
- принимать посильное участие в повседневных делах дома и в школе.
- выполнять доступные бытовые поручения.
- взаимодействовать с окружающими людьми в соответствии с общепринятыми нормами поведения.

**Должны знать:**

- места совершения покупок, расположение отделов магазина, последовательность взвешивания товара, последовательности действий при расчете на кассе;
- хозяйственные товары;
- кухонные принадлежности;
- технологии приготовления салата «Винегрет»;
- технологию приготовления яиц;
- последовательность действий при мытье и сушке посуды;
- блюда из мяса и рыбы;
- мучные изделия;
- последовательность заваривания чая;
- последовательность ручной стирки;
- последовательность глажки;
- последовательность складывания одежды;
- последовательность действий при мытье обуви;
- последовательность уборки помещения (сухая и влажная уборка);
- последовательность мытья и чистки мебели;
- последовательность функции пылесоса;
- последовательность действий при подметании пола;
- последовательность действий при мытье пола;
- последовательность действий при мытье окон и зеркал.
- последовательность действий при уборке территории;
- последовательность ухода уборочным инвентарем;

- купать, одевать, пеленать куклу;
- кормить куклу с ложки и из соски;
- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки.
- выполнять уход за грудным ребёнком.

### **Базовые учебные действия**

#### Регулятивные УД:

- умение входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

#### Познавательные УД:

- умение выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать;
- работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).\

#### Коммуникативные УД:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации;

**.Содержание учебного предмета**

<b>Наименование разделов</b>	<b>Количество часов,</b>	<b>Содержание тем учебного предмета</b>	<b>Практическая часть с указанием формы</b>	<b>Реализация РК</b>
<b>7 класс</b>				
Обращение с кухонным инвентарем		Правила уборки и безопасности на кухне. Моющие средства для кухни. Кухонные приборы и правила мытья кухонных приборов. Столовые приборы и правила сервировки стола. Бытовые приборы. Электрический чайник, миксер. Техника безопасности при работе с чайником и миксером.	Практическая работа - 2	
Покупки		Виды рынков. Продуктовый и строительный рынки. Отделы рынков, ассортимент товаров. Правила выбора покупок на рынке. Оплата покупок.		
Уход за вещами		Гигиенический режим, значение ухода за телом. Виды белья и правила ухода за бельем. Названия и назначение моющих средств. Стиральная машина. Условные обозначения. Правила стирки и утюжки белья. Правила пришивания пуговицы. Техника безопасности. Виды и назначение зимней одежды и обуви. Правила ухода за зимней одеждой и обувью.	Практическая работа - 2	
Приготовление пищи		Выбор инвентаря, необходимого для приготовления яиц. Правила приготовления и ТБ. Выбор продуктов, необходимых для приготовления простых бутербродов. Правила приготовления и ТБ. Виды каш и компотов. Правила хранения компотов и их польза для	Практическая работа - 2	Школьная столовая.

		здоровья человека. Правила уборки посуды и кухни после обеда. Составление кроссворда по теме «Приготовление пищи». Дидактическая игра «Что лишнее». Работа с деформированным текстом по теме «Здоровое питание».		
Уборка помещений и территории		Электробытовые приборы. Пылесос. Различение составных частей пылесоса. Правила пользования и ТБ. Уборка класса. Инвентарь для уборки, последовательность уборки. Уборка территории. Инвентарь для уборки: назначение, правила использования и хранения. Уборка бытового мусора, подметание.	Практическая работа -3 .	
<b>Итого:</b>				

### Тематическое планирование

№	Название разделов.	Кол-во часов
1	Покупки	14
2	Уход за вещами	24
3	Уход за жилищем и уборка территории.	32
4	Приготовление пищи.	25
5	Обращение с кухонным инвентарем.	13
6	Здоровье.	12
7	Семья.	35
8	Повторение. Диагностическая работа.	15
10	<b>Итого:</b>	<b>170</b>

--



**Календарно-тематическое планирование по домоводству  
7 класс**

№ п/п	Название темы, разделов	Количество часов	Дата проведения	Дата фактически
1 четверть.				
1 2	Ведение в предмет Домоводство Закрепление навыков, полученных в 6 классе.	2	5.09 6.09	
3 4	Планирование расходов в семье из четырех человек: коммунальные платежи. <u>Практическая работа.</u>	2	7.09 7.09	
5 6	Магазины.Хозяйственные, продуктовые <u>Практическая работа.</u> Посещение магазина	2	8.09 12.09	

7	Касса.	2	13.09	
8	<u>Практическая работа.</u> Как оплатить покупку		14.09	
9	Цена. Стоимость продуктов.	2	14.09	
10	<u>Практическая работа.</u> Стоимость продуктов		15.09	
11	Хозяйственные товары.	2	19.09	
12	<u>Практическая работа.</u> Посещение хозяйственного магазина		20.09	
13	Покупка одежды и обуви.	2	21.09	
14	<u>Практическая работа.</u> Выбор одежды в магазине		21.09	
15	Уход за школьной формой.	2	22.09	
16	<u>Практическая работа.</u> Уход за школьной формой		26.09	
17	Повседневный уход за школьной обувью.	2	27.09	
18	<u>Практическая работа.</u> уход за школьной обувью		28.09	
19	Опрятный вид человека	2	28.09	
20	<u>Практическая работа.</u>		29.09	
21	Определение места оторванной пуговицы (пришивание пуговиц)..	2	3.10	
22	<u>Практическая работа.</u> Пришивание пуговицы		4.10	
23	Правила пользования моющими средствами и их хранение.	2	5.10	
24	<u>Практическая работа.</u> Пользование моющими средствами		5.10	

25	Повторение. Ручная стирка последовательность	2	6.10	
26	. <u>Практическая работа</u> . Ручная стирка		10.10	
27	Ремонт нижнего белья.	2	11.10	
28	<u>Практическая работа</u> .		12.10	
29	Ремонт белья и одежды по распоровшемуся шву и разорванному	2	12.10	
30	месту. <u>Практическая работа</u> . Ремонт белья и одежды		13.10	
31	Наложение заплата. Утюжка	2	17.10	
32	. <u>Практическая работа</u> .		18.10	
33	<u>Практическая работа</u> . Стирка белого белья. Машинная стирка.	2	19.10	
34	<u>Практическая работа</u> .		19.10	
35	Экскурсия в прачечную. <u>Практическая работа</u> .	1	20.10	
36	Определение собственных размеров одежды	3	24.10	
37	Определение собственных размеров одежды и обуви.		25.10	
38	Определение собственных размеров одежды и обуви		26.10	
39	Повторение пройденного материала.	2	26.10	
40			27.10	
41	Семья. Первичные понятия значимости	3	7.11	
42	Представление о способах поддержания родственных связей.		8.11	
	Знание о семейных традициях.		9.11	

43				
44	Члены семьи.	3	9.11	
	Родители		10.11	
45	<u>Бабушки, дедушки</u>		14.11	
46				
47	Ролевые обязанности в семье дедушки, бабушиа,	3	15.11	
	Ролевые обязанности в семье отец, мать, дети		16.11	
48	<u>Практическая работа.</u>		16.11	
49				
50	Семейные традиции. <u>Практическая работа.</u>	3	17.11	
51			21.11	
52			22.11	
53	Семейный отдых. <u>Практическая работа.</u>	3	23.11	
54			23.11	
55			24.11	
56	Здоровая семья. Практическая работа.	4	28.11	
57	Занятия спортом		29.11.	
58	Закаливание		30.11.	
59	Уход		30.11	
60	Мои младшие братья и сестры.	3	1.12	
61	Практическая работа. Уход за ребенком		5.12	
62	Кормление малыша		6.12	
63	Практическая работа Правила и последовательность одевания и	3	7.12	
64	пеленания грудного ребёнка..		7.12	
65			8.12	

66	Гостеприимство.	3	12.12	
67	Практическая работа.		13.12	
68	Практическая работа		14.12	
69	Основные правила этикета.	3	14.12	
70	Практическая работа.		15.12	
71			19.12	
72	Семейные праздники.	3	20.12	
73	День рождения		21.12	
74	Новый год		21.12	
75	Практическая работа Семейный праздник	3	22.12	
76			26.12	
77			27.12	
3				
78	Правила и приёмы ухода за посудой и кухонными приборами	3	9.01	
79	Применением химических моющих средств.		10.01	
80	<u>Практическая работа.</u>		11.01	
81	Гигиена приготовления пищи.	5	11.01	
82	<u>Практическая работа.</u> Выбор инвентаря, необходимого для приготовления яиц. Правила приготовления и ТБ.		12.01	
83	<u>Практическая работа</u> Выбор продуктов, необходимых для приготовления простых бутербродов. Правила приготовления и ТБ.		16.01	
84	Виды каш и компотов. Правила хранения компотов		17.01	
85	Правила уборки посуды и кухни после обеда.		18.01	

86	Правила накрытия стола к завтраку.	2	18.01	
87	<u>Практическая работа.</u>		19.01	
88	Чаепитие.	5	23.01	
89	Посуда для чаепития		24.01	
90	Правила заваривания чая		25.01	
91	<u>Практическая работа. Чаепитие</u>		25.01	
92	<u>Практическая работа. Чаепитие</u>		26.01	
93	Соблюдение последовательности действий при варке продукта:	4	30.01	
			31.01	
94	Практическая работа включение электрической плиты, набирание воды, закладывание продукта в воду, постановка кастрюли на конфорку, установка таймера на определенное время, выключение электрической плиты, вынимание продукта		1.02	
95			1.02	
96				
97	Мясные продуктов, готовые к употреблению (колбаса, ветчина)	5		
98	Продукты, требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина,		2.02	6.02
99	говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш).		7.02	
100	Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных		8.02	
101	продуктов Приготовление блюда . <u>Практическая работа.</u>		8.02	
102	Чтение рецепта. Приготовление каши рисовой.	5	9.02	
103	<u>Практическая работа.</u> Выбор и подготовка продукта		13.02	
104	<u>Практическая работа.</u> Посуда		14..02	
105	<u>Практическая работа.</u> Приготовление каши рисовой		15.02	
106	<u>Практическая работа.</u> Приготовление каши рисовой		15.02	
107	Чтение рецепта. Винегрет	5	16.02	
108	Подготовка овощей для винегрета		20.02	
109	Нарезание овощей для винегрета. <u>Практическая работа.</u>		21.02	
110	<u>Практическая работа.</u>		22.02	

111	<u>Практическая работа.</u>		22.02	
112	Рыбные продукты, готовые к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба (копченая, соленая, вяленая)	5	27..02	
113	Рыбные продукты, требующих обработки (приготовления) (мясо (филе рыбы, краб, креветка), рыбная котлета, рыбный фарш).		28.02	
114	Знакомство со способами обработки (приготовления) рыбных продуктов		29.02	
115	Практическая работа		29.02	
116	Практическая работа		1.03	
117	Мука и мучные изделия, готовые к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари)	7		
118	Требующие обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки).		5.03 6.03	
119	Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий.		7.03	
120	Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий.		7.03	
121	Практическая работа Приготовление макаронных изделий		12.03	
121			13.03	
123			14.03	
124	Мытьё столовой посуды в горячей воде и споласкивание её в чистой горячей воде. <u>Практическая работа.</u>	1	14.03	

125 126	Мытье посуды последовательность. <u>Практическая работа.</u>	2	15.03 19.03	
127 128	Последовательность уборки пищи со стола после еды. <u>Практическая работа.</u>	2	20.03 21.03	
129 130	Сервировка праздничного стола. Правила поведения за столом. <u>Практическая работа.</u>	2	21.03 22.03	
131	Выбор продуктов , необходимых для приготовления блюда. <u>Практическая работа.</u>	1	3.04	
132 133	Обобщающий урок.	2	4.04 4.04	
134 135	Здоровье. Правила комплектования аптеки. <u>Практическая работа.</u>	2	5.04 9.04	
136 137	Средства от головной боли. <u>Практическая работа.</u>	2	10.04 11.04	
138 139	Первая помощь при ожогах. <u>Практическая работа.</u>	2	12.04 16.04	
140 141	Помоги себе сам при порезах, ожогах (правила, средства). <u>Практическая работа. Практическая работа.</u>	2	17.04 18.04	
143 144	Травмы, ожоги. <u>Практическая работа.</u>	2	18.04 19.04	
145 146	Правила вызова врача, «скорой помощи». Уход за больными в доме. <u>Практическая работа.</u>	2	23.04 24.04	



147 148 149	Повторение пройденного материала.	3	25.04 25.04 26.04	
150 151 152	Сезонная уборка помещения. Предметы для подметания пола (веник, щётка, совок). Практическая работа.	3	30.04 2.05 2.05	
153 154 155	Уход за мебелью (лак, полировка, мягкая обивка и др.). Практическая работа.	3	3.05 7.05 8.05	
156 157 158	Виды освещения помещений.	3	10.05 14.05 15.05	
160 161 162	Мытьё зеркал. <u>Практическая работа.</u>	3	16.05 16.05 17.05	
163 164 165	Пылесос. Правила пользования. <u>Практическая работа</u>	3	21.05 22.05 23.05	
166 167	Мытьё полов. <u>Практическая работа.</u>	2	23.05 24.05	
168 169	. Практическая работа подметание территории	2	28.05 29.05	
170 171	Обобщающий урок	2	30.05 30.05	

### **Учебно-методическое и Материально-техническое обеспечение**

1. Программа обучения умеренно и глубоко умственно отсталых детей (НИИ дефектологии АПН СССР, 1983г.)

2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

3. Т.А. Девяткова, Л.Л. Кочетова Социально-Бытовая Ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида.

- 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 и др.
- учебно-методическая литература по домоводству (учебники, тетради, дидактические материалы, справочная литература); - технические средства обучения (телевизор, видеоплеер, DVD-плеер); - экранно-звуковые средства (видеофильмы, компакт-диски); - печатные пособия (таблицы, раздаточные пособия, альбомы).

