

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа им. И.Н. Ульянова» Центр образования»
с. Усолье муниципального района Шигонский Самарской области

Рассмотрена на заседании
Методического совета

Протокол № 1 от
от «29» 08.2022 г.

Проверена
заместитель директора
по УВР _____
Кокорина М.Г.

Утверждена
Приказом
№ 51/1-од от
29.08.2022 г.
Директор школы
_____ Л.Н. Подлипалина

**Адаптированная рабочая программа по
предмету**

«Домоводство»

Предметная область: «Окружающий мир»

5-9 класс

Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми множественными нарушениями развития, разработана на основе примерной адаптированной основной образовательной программы для умственно отсталых детей, учебного плана общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). На изучение данного предмета в учебном плане ГБОУ СОШ с. Усолье в 5-9 классах отводится по 2 часа в неделю (34 недели), всего 340 часа

Содержание курса

Введение 6 Понятие о доме, семье, семейных обязанностях. Семейные традиции. Посещение музея этнографии, картинной галереи. Предмет «Домоводство», его связь с другими предметами школьной программы. Значение домоводства для правильной организации жизни родственных и близких людей. Семья, члены семьи. Ролевые обязанности в семье. Уклад семьи в прошлом. Современная семья, влияние технического прогресса на изменение функциональных обязанностей старших членов семьи.

Жилище 10 Городское и сельское жилище: типы городских и сельских домов. Размещение семьи в типовых городских квартирах, в отдельном доме. Коммунальные удобства, их назначение: водоснабжение, электроснабжение, газообеспечение. Коммунальные удобства: канализация, мусоропровод, радиотрансляция, телефонизация, сигнализация, лифт, домофон. Правила пользования лифтом. Правила пользования почтовым ящиком, домофоном, кодовым замком. Правила гигиены на лестницах, лестничных площадках. Правила пользования мусоропроводом. Пожар в доме (причины, источники). Правила пожарной безопасности.

Уход за жилищем 6 Рассказ-описание «Наша квартира». Назначение жилых комнат. Убранство гостиной, спальни, других жилых помещений (правила планирования, размещения вещей, мебели и др.). Чем убирают квартиру: инвентарь, содержание, хранение. Моющие средства, их виды. Техника безопасного использования моющих и чистящих средств. Простые правила оказания помощи при ожоге, отравлении химическими препаратами (веществами). Правила повседневной уборки. Уход за стенами, полом, потолком. Практические работы по уходу за жилищем (классом, игровой, спальней и др.).

Помощники в доме 4 Помощники в доме: газовая, электрическая плиты, пылесос, холодильник. Помощники в доме: утюг, кондиционер, электрочайник и другое. Назначение приборов в доме.

Мебель 6 Повторение: предметы мебели, назначение предметов мебели. Экскурсия в мебельный магазин. Виды мебели (кухонная, спальная, кабинетная и др.). Правила ухода за мебелью. Виды и средства для ухода за мебелью. Мягкая мебель. Ее назначение. Уход за мягкой мебелью. Ковровые изделия. Практическая работа с использованием пылесоса, чистящих средств: чистка ковров, мягкой мебели.

Окна, стёкла, зеркала в доме 6 «Пусть зеркало расскажет...» История стекла и зеркала. Глаза дома (квартиры). Правила ухода за зеркалами и стеклами. Светильники в доме: люстры, настольные лампы, бра. Средства для чистки стекол, зеркал, зеркальных покрытий.

Насекомые и грызуны в доме 6 Мыши, крысы; внешний вид, образ жизни. Профилактика и борьба с грызунами в доме. Тараканы, домашние муравьи. Профилактика, средства для избавления. Кровососущие насекомые: клопы, вши, комары. Кто съел шубу, шапки, свитера? (Моль) Химические средства борьбы с насекомыми и грызунами. Распознавание этих средств на этикетках упаковок. Правила безопасного обращения с ядохимикатами, аэрозолями, препаратами профилактических средств. Предупреждение отравлений ядохимикатами. Медицинская помощь при отравлениях

Животные в городской квартире 4 Для чего человеку нужны животные в доме. Рассказы о собаке. Виды собак (сторожевые, декоративные, служебные). Здоровье собаки. Уход за собакой в доме. История кошки. Виды кошек. Чем болеют кошки. Уход за кошкой

в доме. Декоративные птицы, их виды, содержание и уход. Аквариум, террариум. Профилактика здоровья людей, содержащих домашних животных. 5

Домашние животные 4 Как человек приручил диких животных. Домашние животные в деревне (лошадь, свинья, овца, корова). Образ жизни лошади и коровы. Питание, уход (свиньи, овцы и др). Домашние птицы в деревне (куры, гуси, утки). Домашние птицы: кормление, уход. Чем болеют животные. Кто лечит животных. Как предостеречься от отравлений и болезней при приеме молочных, мясных и других продуктов.

Одежда 6 Экскурсия в магазин одежды. Повторение знаний о видах одежды, их назначении. Профессии людей, создающих одежду. Приобретение и хранение одежды (правила, способы). Виды сезонной одежды: летняя, зимняя, демисезонная. Одежда по назначению: деловая, праздничная, спортивная, домашняя, для сна, рабочая. Уход за одеждой: стирка, чистка, починка (практические занятия). Деловые игры: «Собираем чемоданы к морю»; «На зимние каникулы»; «Необходимые и важные вещи в гардеробе».

Обувь 3 Экскурсия в обувной магазин. Виды обуви, их назначение. Приобретение и хранение обуви (правила, способы). Сезонная обувь: летняя, зимняя, демисезонная. Обувь по назначению: спортивная, домашняя, выходная, рабочая. Уход за обувью. Починка обуви (экскурсия в мастерскую). Профессии людей, создающих обувь.

Бельё 7 Бельё, его виды и назначение: постельное, кухонное, нательное. Ткани для белья. Гигиенические и эстетические требования к выбору белья. Стирка белья: ручная, машинная. Моющие средства для разных видов белья. Кипячение, правила безопасности. Правила сушения белья из льна, шерсти, шелка. Глажение, правила работы с утюгом, техника безопасности. Правила хранения белья в шкафах, комодах, корзинах. Ремонт белья

Результаты освоения учебного предмета

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

Возможные личностные результаты:

- 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.

Возможные предметные результаты:

- умение ориентироваться в классе, в помещениях школы;
- соблюдение правил учебного поведения;
- обращение за разрешением к взрослым, когда ситуация этого требует;
- представление о частях дома (стена, крыша, окно, дверь, потолок, пол);
- представление об убранстве дома, о предметах мебели (стол, стул, диван, шкаф, полка, кресло, кровать, табурет, комод);
- представление о предметах посуды, предназначенных для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка, нож) и для приготовления пищи (кастрюля, сковорода, чайник, половник, нож);
- представление об электроприборах (телевизор, утюг, лампа, вентилятор, обогреватель, электрический чайник);
- ориентация во дворе;
- представления о профессиях людей, работающих в школе;
- представления о школьных принадлежностях (школьная доска, парты, мел, ранец, учебник, тетрадь, дневник, карандаш, точилка, резинка, флوماстер, пенал,

ручка, линейка, краски, кисточка, пластилин и т.д.);

- представление о часах;
- представление об электронных устройствах (телефон, компьютер, планшет);
- представление о территории двора (место для отдыха, игровая площадка,

спортивная площадка, место для парковки автомобилей, место для сушки белья, место для выбивания ковров, место для контейнеров с мусором, газон);

- представление о благоустройстве квартиры (отопление, канализация, водоснабжение, электроснабжение);
- умение вести себя в случаях чрезвычайной ситуации (отсутствие света, воды и т.д.);

Основное содержание предмета, практические работы. Программа представлена следующими разделами: **Покупки.**

- Основные задачи раздела: формировать понятие о местах и способах осуществления покупок.

Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. 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.

2. Обращение с кухонным инвентарем.

- Основные задачи раздела: формирование умений обращения 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 и др.).

Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды:

Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протирание посуды губкой. Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Очищение посуды от остатков пищи,

Обращение с бытовыми приборами.

Различение бытовых приборов по назначению (блендер, миксер, тостер, электрический чайник, комбайн, холодильник и др.) 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.

3. Приготовление пищи.

- Основные задачи раздела: освоение простейших действий по приготовлению пищи.

Продукты питания.

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. Знание (соблюдение) правил хранения молочных продуктов. Узнавание (различение) мясных продуктов, готовых к употреблению (колбаса, ветчина) и требующих обработки (приготовления) (мясо (свинина, говядина, баранина, птица), сосиска, сарделька, котлета, фарш). Знакомство со способами обработки (приготовления) мясных продуктов. Знание(соблюдение) правил хранения мясных продуктов. Узнавание (различение) рыбных продуктов, готовых к употреблению (крабовые палочки, консервы, рыба (копченая, соленая, вяленая) и требующих обработки и приготовления (мясо (филе рыбы, краб, креветка), рыбная котлета, рыбный фарш). Знание (соблюдение) правил хранения рыбных продуктов. Узнавание(различение) муки и мучных изделий, готовых к употреблению (хлеб, батон, пирожок, булочка, сушки, баранки, сухари) и требующих обработки (приготовления) (макаронные изделия (макароны, вермишель, рожки). Знакомство со способами обработки (приготовления) мучных изделий. Знание (соблюдение) правил хранения мучных изделий. 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. Узнавание (различение) кондитерских изделий (торт, печенье, пирожное, конфета, шоколад). Знание (соблюдение) правил хранения кондитерских изделий. Приготовление блюда.

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).Натираание продуктов на тёрке. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой. 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.

4. Уход за вещами

Основные задачи раздела: формирование умений по уходу 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.

5. Уборка помещения.

□ Основные задачи раздела: формирование умений по уборке помещения и обращения с уборочным инвентарем.

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. 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.

6. Уборка территории.

□ Основные задачи раздела: формирование умений по уборке помещения и обращения с уборочным инвентарем.

Уборка бытового мусора. Подметание территории. Сгребание травы и листьев. Уборка снега: сгребание, перебрасывание снега. Уход за уборочным инвентарем.

Тематическое планирование

	5 г.о	6 г.о.	7 г.о	8 г.о.	9 г.о.
Покупки	9	9	9	9	9
Уход за вещами	15	15	15	15	15
Обращение с кухонным инвентарем	15	15	15	15	15
Приготовление пищи	10	10	10	10	10
Уборка помещений	14	14	14	14	14
Уборка территории	5	5	5	5	5
Итого	68	68	68	68	68