

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Коми

Управление образования администрации муниципального района

"Койгородский"

МБОУ "СОШ" пст.Подзь

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

Герлах Н.П.
29.08.2023г..

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Медведева Е.В.
29.08.2023г.

Рабочая адаптированная программа

по АООП УО 2 вариант

по предмету

«Домоводство»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Домоводство» для учащихся 7 класса на 2023/2024 учебный год составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант2)

Вследствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР процессы восприятия, памяти, мышления, речи, двигательных и других функций нарушены или искажены, поэтому формирование предметных действий происходит со значительной задержкой. У многих детей с ТМНР, достигших школьного возраста, действия с предметами остаются на уровне неспецифических манипуляций. В этой связи ребенку необходима специальная обучающая помощь, направленная на формирование разнообразных видов предметно-практической деятельности. Обучение начинается с формирования элементарных специфических манипуляций, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами.

Цель обучения –

формирование у обучающихся знаний о самостоятельной жизни, практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.
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.
- формирование навыков самообслуживания и организации быта;
- освоение отдельных видов работ с использованием бытовой химии;
- соблюдение необходимые правил техники безопасности.

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 курса в учебном плане.

Учебный план по предмету «Домоводство» входит в обязательную часть учебного плана организации. Общий объём нагрузки и максимальный объём нагрузки обучающихся определён требованиями Стандарта.

Изучение предмета «Домоводство» в 7 классе - 102 часа (3 часа в неделю)

Возможно увеличение или уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни.

2 РАЗДЕЛ: Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные и предметные планируемые результаты освоения программы обучающимися рассматриваются в качестве возможных (примерных), соответствующих индивидуальным возможностям и специфическим образовательным потребностям обучающихся.

Личностные результаты

- позитивно относиться к хозяйственно-бытовому труду,
- осознавать необходимость и практическую значимость самообслуживания;
- общаться с окружающими людьми для достижения положительного конечного результата;
- стремиться работать самостоятельно.

Предметные результаты

- соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила;
- соблюдать правила безопасной работы с бытовыми электроприборами;
- уметь пользоваться бытовыми приспособлениями по их прямому назначению;
- знать названия инструментов и оборудования, используемых в быту (в соответствии с годом обучения);
- уметь организовать и соблюдать санитарно-гигиенические требования при выполнении хозяйственно-бытовой работы;
- уметь принимать помощь окружающих;
- уметь эффективно взаимодействовать с окружающими в соответствии с нормами общежития;
- уметь адекватно реагировать на замечания взрослых.
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения;
- планировать и контролировать действия в соответствии с поставленной задачей;
- -контролировать и оценивать свои действия, адекватно реагировать на замечания учителя;
- адекватно оценивать своё поведение и поведение окружающих;
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- формирование личной ответственности за становление своей личности, адекватного поведения в обществе;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата.

3 РАЗДЕЛ: Содержание учебного предмета

Покупки.

Основные задачи раздела: формирование умений осуществлять покупки. Складывание покупок в сумку, выкладывание покупок из сумки на стол. Раскладывание продуктов в места хранения из сумки. Планирование покупок. Выбор места совершения покупок. Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.

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, овощечистка, разделочная доска) Различение чистой и грязной посуды. Очищение остатков пищи с посуды. Замачивание посуды. Протираание 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.

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.

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. Раскатывание теста. Перемешивание продуктов ложкой. Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания): выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр), выбор кухонного инвентаря (тарелка), сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса).

Уход за вещами.

Ручная стирка. Наполнение емкости водой. Выбор моющего средства. Отмеривание 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, стирка белья, полоскание белья, выжимание белья, вывешивание белья на просушку.

Уход за бельем. Складывание белья, платков, полотенец и одежды.

Чистка одежды. Уход за обувью. Соблюдение последовательности действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки, протираание обуви влажной тряпкой, протираание обуви сухой тряпкой.

Уборка помещения.

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 ведро. Соблюдение последовательности действий при мытье пола: наполнение емкости для мытья пола водой, намачивание и отжимание тряпки, мытье пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.

Уборка территории.

Формирование умений и навыков пользования инвентарем при уборке территории от мусора, листвы, снега.

4 РАЗДЕЛ: Тематическое планирование

№ п/п	РазделТема	Кол- во часов
Покупки		6ч
	Планирование покупок.	1ч
	Выбор места совершения покупок	2ч
	Ориентация в расположении отделов магазина, кассы и др. Нахождение нужного товара в магазине.	2ч
	Складывание покупок в сумку, выкладывание покупок из сумки на стол.	1ч
Обращение с кухонным инвентарем		24 ч
	Обращение с посудой. Различение предметов посуды для сервировки стола (тарелка, стакан, кружка, ложка, вилка,	3 ч
	Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда.	3
	Узнавание (различение) кухонных принадлежностей ч(терка, овощечистка, разделочная доска)	2
	Чистка посуды. Ополаскивание посуды. Сушка посуды. Соблюдение последовательности действий при мытье и	3
	сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	
	Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.1	
	Соблюдение последовательности действий при 2 сервировке стола: накрывание стола скатертью, Раскладывание столовых приборов и посуды при сервировке стола.	2
	Раскладывание салфеток, расставление солонок Расставление блюд.	2
	Практические занятия. Накрывание на стол. Выбор посуды и столовых приборов.	2
	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 солонок и ваз, расставление блюд.	
	Практические занятия. Соблюдение последовательности действий при мытье и сушке посуды: очищение посуды от остатков пищи, замачивание посуды, намыливание	2

	посуды моющим средством, чистка посуды, ополаскивание, сушка.	
	Кухонный инвентарь. Назначение. Приемы пользования. Техника безопасного труда	2
Приготовление пищи		25 ч
	Кухня. Оборудование кухни.	2
	Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания.	2
	Подготовка к приготовлению блюда. Выбор продуктов, необходимых для приготовления блюда.	2
	Выбор инвентаря, необходимого для приготовления блюда.	2
	Обработка продуктов. Мытье продуктов.2	
	Мучные изделия. Раскатывание теста.	2
	Соблюдение последовательности действий при приготовлении бутерброда (без нарезания)	2
	Выбор продуктов в нарезке (хлеб, колбаса, сыр); выбор кухонного инвентаря (тарелка)	2
	Сборка бутерброда (хлеб сыр, хлеб колбаса). Техника безопасного труда. Изготовление бутербродов, нарезая.	1
	Правила гигиены и санитарии при приготовлении пищи. Физиология питания.	2
	Сервировка стола к обеду.	2
	Этикет за столом. Прием гостей.	2
Уход за вещам		17
	Ручная стирка. Наполнение емкости водой.	1
	Выбор моющего средства. Отмеривание необходимого количества моющего средства.	1
	Сортировка белья перед стиркой.	1
	Замачивание. Застирывание.	1
	Полоскание. Выжимание. Вывешивание на просушку. Соблюдение последовательности действий при ручной стирке.	1
	Сюжетно-ролевая игра «Я стираю свои вещи»	2
	Глажение утюгом. Техника безопасного труда.	1
	Различение составных частей утюга (подошва утюга, шнур, регулятор температуры).	1
	Соблюдение правил безопасной работы.	1
	Соблюдение последовательных действий при глажении белья.	1
	Практические занятия. Установка гладильной доски. Выставление температурного режима на утюге. Подключение утюга к сети. Раскладывание белья на доске. Движение руки с утюгом, складывание белья.	2
	Уход за обувью. Уличная и домашняя обувь	2
	Уход за обувью. Очистка от загрязнений. Соблюдение действий при мытье обуви: намачивание и отжимание тряпки,	1

	протираание обуви влажной тряпкой, протираание сухой тряпкой.	
	Уход за обувью с использованием специальной обувной губки.	1
Уборка помещения		18 ч
	Выбор инвентаря для уборки.	3
	Уборка мебели. Уборка с поверхности стола остатков еды и мусора.	1
	Соблюдение последовательности действий при мытье поверхностей мебели: наполнение таза водой, приготовление тряпок, добавление моющего средства в воду	1
	Вытирание поверхности мебели. Уборка предметов с поверхности, вытирание поверхности	1
	вытирание поверхности, вытирание предметов интерьера, раскладывание предметов интерьера по местам, выливание использованной воды.	1
	Уборка пола. Сухая и влажная уборка пола.	2
	Сметание мусора на полу в определенное место.	1
	Заметание мусора на совок.	1
	Соблюдение последовательности действий при подметании пола: сметание мусора в определенное место, заметание мусора на совок, высыпание мусора в ведро.	2
	Различение основных частей пылесоса. Подготовка пылесоса к работе. Чистка пола пылесосом.	3
	Соблюдение последовательности действий при мытье пола	2
	наполнение емкости для мытья пола водой, намачивание и отжимание тряпки	
	мытьё пола, выливание использованной воды, просушивание мокрых тряпок.	
Уборка территории		12 ч
	Техника безопасного труда	2
	Инвентарь для уборки снега.	1
	Инвентарь для уборки листьев.	1
	Собирание бытового мусора. Инвентарь.	1
	Выбор инвентаря.	2
	Уход за уборочным инвентарем.	2
	Уборка территории от мусора, листвы, снега. Подметание территории.	4