

СОГЛАСОВАНА
на педагогическом совете
протокол № 1 от 31.08.2020

УТВЕРЖДЕНА
приказом № 162 от 31.08.2020
МБОУ «Средняя
общеобразовательная
школа №10»

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Домоводство»
для детей с умственной отсталостью.

Класс - 5-9 класс

Год составления – 2020

1. Планируемые результаты освоения программы по учебному предмету «Домоводство»

Личностные результаты.

В результате освоения программы учащийся должен отражать общую характеристику личности ученика как субъекта учебно-познавательной деятельности: -

проявлять познавательный интерес;

- проявлять и выражать свои эмоции;

- обозначать свое понимание или непонимание вопроса; -

участвовать в совместной, коллективной деятельности;

- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения и общения на уроке и на перемене;

- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым.

Метапредметные результаты.

Метапредметные результаты отражают общеучебные (метапредметные) умения учащихся:

- умение слушать и слышать учителя;

- умение работать по предложенному учителем плану;

- умение использовать средства альтернативной коммуникации (мимика, жесты, слоги); -

умение с помощью учителя найти и исправить свои ошибки;

- умение оценить собственные чувства, поведение, способности;

- умение использовать полученные знания в повседневной жизни; -

умение находить ответы на картинке;

- умение работать в паре ;

- умение следовать правилам поведения.

Предметные результаты. В результате обучения ученик должен посильно усвоить основное содержание учебного предмета.

Уровни освоения деятельности:

- совместные действия с педагогом; -

деятельность по подражанию;

- деятельность по образцу;

- деятельность по последовательной инструкции; -

самостоятельная деятельность воспитанника;

- умение ребенка исправить допущенные ошибки.

Предполагаемые результаты освоения программы: предполагается то, что учащиеся будут знать:

1 уровень.

Учащиеся знают:

- режим дня школьника;

- правила и способы закаливания организма;

- правила соблюдения личной гигиены во время физкультурных занятий;

- правила ухода полостью рта;

- правила ухода полости носа;

- гигиенические требования к жилому помещению;

- назначение батареи, двери, плинтуса;

- последовательность сухой и влажной уборки;
- назначение инвентаря и средства для влажной уборки;
- правила ухода за инвентарем и хранения;
- правила ухода за руками после уборки;
- назначение кухонной мебели;
- названия продуктов первой необходимости;
- правила и периодичность уборки кухни;
- правила безопасной работы с режущими инструментами;
- правила и последовательность первичной обработки продуктов;
- правила ухода за сезонной одеждой и обувью;
- правила подготовки одежды и обуви к хранению.
- правила ухода за инвентарем и приспособлениями.

2 уровень

- режим дня школьника;
- способы закаливания организма;
- названия средств и предметов личной гигиены по уходу за полостью рта;
- виды носовых платков;
- виды уборки;
- названия инвентаря и средств для уборки квартиры;
- название предметов кухонной мебели;
- способы ухода за кухонной мебелью;
- правила безопасной работы с режущими инструментами;
- последовательность первичной обработки овощей и фруктов;
- виды сезонной одежды, головных уборов и обуви;
- способы подготовки одежды, головных уборов и обуви к хранению;
- способы ухода за верхней одеждой и обувью.

2. Содержание учебного предмета «Домоводство».

Содержание учебного предмета представлено следующими разделами:

«Покупки», «Жилище», «Уход за вещами Кухня», «Растения в доме», Питание», «Домашние заготовки», «Сад и огород», «Квартира. Жилище»

Размещение семьи в типовых городских квартирах, в отдельном доме. Коммунальные удобства, их назначение: водоснабжение, электроснабжение, газообеспечение, 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.

ПОНЯТИЯ: жилье, квартира, дом (городской, сельский, дачный). Итоговые занятия

Игры: «Строим дом», «Наши соседи», театр кукол «Лиса и заяц» и др.

Оформление тетрадей по домоводству. Оформление материалов наблюдений, экскурсий (устные и письменные рассказы). Сказки, пословицы, поговорки, загадки о семейном укладе.

Рольевые игры на основе русских народных сказок, песен, загадок, поговорок. Словарная

работа.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся имеют представление:

- о составе семьи;
- о семейных традициях людей;
- о распределении хозяйственно-бытовых обязанностей между членами семьи.

1-й уровень

Учащиеся знают

- состав своей семьи, имена, отчества, фамилии родителей, близких родственников;
- места работы родителей;
- домашний адрес, основные названия помещений в жилом доме, в городской квартире;
- назначение коммунальных удобств;
- правила общежития.

Учащиеся умеют:

- пользоваться мусоропроводом, лифтом, почтовым ящиком;
- вызывать службу помощи при пожаре.

2-й уровень

Учащиеся знают:

- состав своей семьи, имена, отчества, фамилии родителей;
- места работы родителей;
- домашний адрес;
- правила общежития.

Учащиеся должны уметь:

- пользоваться мусоропроводом, лифтом, почтовым ящиком;
- вызывать службы помощи при пожаре и несчастных случаях.

Уход за жилищем

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.)

Мебель 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 мебель.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление:

- о функциональном назначении передней, гостиной, спальни, о гигиенических требованиях к сохранности жилища.

1-й уровень

Учащиеся знают

- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки;
- санитарно-гигиенические требования и правила безопасности при работе с бытовыми электроприборами;
- правила пользования пылесосом.

Учащиеся умеют:

- производить сухую и влажную уборку помещений;
- чистить ковры, мягкую мебель, книжные полки, батареи;
- ухаживать за полом в зависимости от видов покрытия, используя безопасные чистящие (моющие) средства.

2-й уровень

Учащиеся знают:

- правила и последовательность проведения сухой и влажной уборки.

Учащиеся умеют:

- производить сухую и влажную уборку помещений;
- чистить ковры, мягкую мебель, книжные полки, батареи

Сезонные работы в доме, их виды. Подготовка квартиры (дома) к осени (зиме). Работы во дворе, в огороде, на участке. Подготовка материалов для утепления окон.

Квартира

Планировка квартиры. Функциональное назначение всех помещений квартиры и дома. План обустройства прихожей. Гостиная, ее функциональное предназначение. План обустройства (зонирование) гостиной. Сон — здоровье человека. Режим сна. Почему снятся тревожные сны. Обустройство комнаты для сна. Помещение для детей (детская комната). Кухня, ее оборудование. Санузел и ванная комната. Правила безопасного поведения в кухне, в ванной комнате. Подсобные помещения в квартире, их оборудование. Растения в доме. Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений (3— 5 видов). Экзотические растения (лимонное дерево, кактус и др.). Цветущие растения, их особенности. Уход за декоративными растениями: подкормка, температурный, световой режим. Посуда, ее виды для комнатных растений. Интерьер комнаты с растениями. Советы цветоводу. Практические работы: посадка, полив, формирование кроны. Огород на подоконнике (балконе). Практические работы: посадка лука, посев петрушки, укропа. Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление:

- о городском и сельском жилище;
- о коммунальных удобствах;
- о планировке жилища и функциональном назначении жилых помещений.

Итоговые занятия.

Игры: «Строим дом», «Наши соседи», театр кукол «Лиса и заяц» и др. Оформление тетрадей по домоводству. Оформление материалов наблюдений, экскурсий (устные письменные рассказы). Сказки, пословицы, поговорки, загадки о семейном укладе. Ролевые игры на основе русских народных сказок, песен, загадок, поговорок

1-й уровень

Учащиеся знают:

- основные приемы ухода за жилищем.

Учащиеся должны уметь:

- содержат в порядке свое рабочее и спальное место в доме;
- ухаживают за растениями в доме (квартире).

2-й уровень

См. требования 1-го уровня с учетом индивидуальных возможностей учащихся.

Растения в доме.

Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений (3-5 видов). Экзотические растения (лимонное дерево, кактус и др.).

Цветущие растения, их особенности. Уход за декоративными растениями: подкормка, температурный, световой режим.

Посуда, ее виды для комнатных растений.

Интерьер комнаты с растениями.

Практические работы: посадка, полив, формирование кроны. Огород на подоконнике (балконе)

Зимние вещи.

Зимняя одежда, использование, хранение шерстяных, меховых, кожаных вещей. Уход за зимней одеждой. Починка одежды. Штопка шерстяных вещей. Правила использования зимней обуви. Гигиена тела, нижнее белье Гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня). Ежедневные гигиенические процедуры. Режим смены белья, носков, чулок. Хранение вещей индивидуального пользования

Гигиена тела. Нижнее белье.

Белье, 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. Оформление материалов экскурсий.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление:

- о видах одежды, обуви;
- гигиенических правилах содержания одежды, белья, обуви.

1-й уровень

Учащиеся знают

- правила ухода за одеждой, обувью, бельем;
- правила сушки одежды и обуви;
- правила хранения и чистки кожаной, валяной, текстильной и другой обуви. умеют:
- подбирать одежду и обувь по сезону;
- умеют чистить верхнее и легкое платье. **Стирка**

белья

Белье, 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. Моющие средства, их виды: порошки, мыло, пасты, отбеливатели. Техника безопасности при использовании моющих средств. Условные обозначения на упаковках с моющими средствами и на белье. Стиральная машина, правила обращения. Подготовка вещей к стирке: очистка от пыли, шерсти, волокон, починка белья, сортирование по типу ткани и

окраске. Правила замачивания, кипячения, отбеливания. полоскание, крахмаление, подсинивание, сушка, утюжка. Экскурсия в прачечную. Знакомство со стиральными машинами, сушилками, гладильными стенками. Оформление материалов экскурсии. Практическая работа. Стирка вещей

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

1-й уровень

Учащиеся знают: • основные гигиенические правила;

- правила хранения одежды, белья, обуви и уход за ними;
- правила стирки изделий из шелковых тканей;
- санитарные требования и правила техники безопасности при работе с инструментами, бытовыми электроприборами, химическими средствами;
- правила обращения со стиральной машиной.

Учащиеся умеют:

- производить сухую чистку одежды;
- сушить и чистить кожаные, меховые и шерстяные изделия;
- выполнять основные гигиенические правила;
- выполнять санитарные требования и правила техники безопасности при работе с инструментами, бытовыми электроприборами, химическими средствами;
- производить мелкий ремонт одежды и белья;
- подбирать мою

2-й уровень

Учащиеся знают:

- правила хранения одежды, белья, обуви и уход за ними;
- правила ручной стирки индивидуальных вещей;
- санитарно-гигиенические требования по уходу за телом.

Учащиеся умеют:

- распознавать и правильно использовать бытовые химические средства при ручной стирке;
- гладить и чистить одежду;

производить мелкий ремонт одежды (пуговицы, петли, вешалки и др.)

Кухня

Оборудование кухни, оформление кухни. Правила пользования газовой, электрической плитой, уход за ними (в сельской местности — дровяной или угольной печью, плитой). Техника безопасности при пользовании нагревательными приборами. Холодильник, морозильник (устройство, назначение). Правила пользования электроприборами на кухне. Соковыжималка, кофемолка, миксер, мясорубка, овощерезка. Техника безопасности, уход за бытовыми приборами. Кухонная утварь (шумовка, дуршлаг, мясорубка, половник — разливная ложка, вилка большая, ножницы, ножи, лопаточки, прихватки, полотенце, салфетки). Правила гигиены и хранения. Деревянный инвентарь (разделочная доска, скалки, пестики, хлебница). Уход за деревянными изделиями. Посуда на кухне (кастрюли, сковородки, миски). Правила ухода и хранения. Предметы для сервировки стола (тарелки: суповая, для второго блюда, для десерта, блюдце). Чашки, ложки, вилки, ножи (назначение, чистка, хранение). Посуда для круп и сыпучих продуктов, уход за ними.

Организация питания семьи.

Питание и здоровье человека. Режим питания. Продукты питания, их виды. Мясо и

мясопродукты, правила хранения. Молоко и молочные продукты, правила хранения. Яйца, жиры, правила хранения. Овощи, грибы, правила хранения. Плоды, ягоды, правила хранения. Мука, мучные продукты, крупа, правила хранения. Меню на неделю (в зависимости от сезона и питательной ценности продуктов). Полуфабрикаты, виды, способы приготовления. Первичная обработка продуктов: мытье, очистка, размораживание, просеивание, переработка, нарезка. Техника безопасности при работе с режущими инструментами. Тепловая обработка продуктов: варка, жарение, тушение, выпечка, запекание, приготовление на пару. Техника безопасности при работе с горячей посудой. Практические работы Приготовление салатов; варка яиц и др. Сервировка стола для завтрака и ужина.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся имеют представление:

- о режиме и гигиене питания;
- об оборудовании и санитарно-гигиенических требованиях по организации питания семьи и приготовлению пищи;
- о правилах составления меню;
- о способах обработки основных продуктов питания.

1-й уровень

Учащиеся знают

- назначение кухонной утвари, посуды, правила ухода за ними и технику безопасности при работе с кухонными инструментами;
- правила пользования электроплитой, газовой плитой;
- правила хранения продуктов при наличии холодильника и без него;
- правила ухода за холодильником.

Учащиеся умеют

- пользоваться электроплитой, газовой плитой;
- знать правила ухода за алюминиевой, эмалированной, фаянсовой посудой;
- владеть культурой сервирования завтраков, ужинов.

2-й уровень

Учащиеся знают

- назначение кухонной утвари, посуды и правила ухода за ними;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при работе с режущими инструментами, кипятком, горячим маслом, горячими блюдами.

Учащиеся умеют

- ухаживать за алюминиевой, эмалированной, фаянсовой посудой;
- производить первичную обработку продуктов;
- приготовить себе завтрак, ужин

Молоко

Способы сохранения молока. Кипячение молока. Практические работы Приготовление молочного супа, каши.

Домашние заготовки.

Продукты для длительного хранения. Сушка, замораживание, соление, консервирование. Хранение и консервирование продуктов. Отравление консервированными продуктами, правила первой помощи. Быстрое приготовление варенья

Сад и огород

Растения сада и огорода (повторение). Витаминная и пищевая ценность овощей, фруктов, ягод. Выращивание овощей, пряной зелени (семена, почва, посев). Правила хранения овощей, фруктов, ягод. Овощные и фруктовые салаты. Фруктовый мусс, коктейли из соков. Экскурсии в сад, теплицы, на выставки. Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны иметь представление:

- о полуфабрикатах и умении ими пользоваться;
- о способах использования, а также сохранения продуктов с помощью сушки, замораживания, консервирования.

1-й уровень

Учащиеся знают

- правила первой помощи при отравлениях консервированными продуктами.

Учащиеся умеют:

- приготовить овощные и фруктовые салаты, муссы, соки и др.

2-й уровень

Учащиеся знают:

- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при приготовлении пищи.

Учащиеся умеют:

- отваривать яйца, макаронные изделия;
- готовить фруктовые, овощные салаты, соки и др.

Планирование по учебному предмету «Домоводство»

№ п/п	Основные разделы	Количество часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Покупки	10ч.	17час.	18 час.	16 час.	16 час.
2	Квартира. Жилище Уборка помещения	10 ч.	20час.	20час.	15 час.	24 час.
3	Растения в доме.	10 ч.	18 час	20час.	10 час	14 ч
4	Уход за вещами	5 ч.	12 час.	12час	10 час	6 час.
5	Гигиена тела. Нижнее бельё.	10 ч.	12 час	10час.	10 час.	10 ч
6	Стирка белья.	5ч.	12 час.	10 час	10час.	15 ч
8	Кухня.	15 ч.	20 час	20 час.	22 час.	20 ч
9	Организация питания семьи.	10 ч.	20 час.	20 час.	33час.	20 ч
10	Молоко.	6 ч.	10 час	10 час	10 час.	10 ч
11	Домашние заготовки.	10 ч.	10 час	10 час.	15 час	15 ч
12	Сад и огород.	10 ч.	15 час	12 час	16 час.	20 ч
13	Повторение.	4 ч.	9 час	9 час	8 час.	10ч.

3. Тематическое планирование 5-9 класс

№	Название раздела (темы)	Кол-во часов	Программное содержание	Основные учебные действия
	Жилище			

1	Сезонные работы в доме, их виды.		Понятие «сезонная уборка», периодичность, этапы, сроки сезонной уборки; (одежда, мебель, поверхности, окна, предметы освещения, отопления, гардинное полотно); средства ухода, правила безопасности;	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия через организацию практических действий;
	Квартира			
2	Планировка квартиры. Назначение помещений.		Городское и сельское жилище, коммунальные удобства. Планировка квартиры и функциональное назначение жилых помещений.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия,
	Растения			
3	Виды комнатных растений, назначение.		Растения в доме, их назначение: оздоровление, эстетика быта. Виды комнатных растений. Интерьер комнаты с растениями.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия

	Уход за вещами			
4	Одежда, обувь, назначение.		одежда, обувь, виды, материал изготовления, назначение.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного, тактильного восприятия, мелкой моторики через организацию практических действий;
	Гигиена тела, нижнее бельё			

5	Гигиенический режим, значение.		Гигиенический режим по уходу за телом (ванная, душ, баня); Ежедневные гигиенические процедуры; просмотр фильма; Предметы индивидуального пользования, назначение; гигиенические требования к смене белья;	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия через организацию практических действий;
	Стираем бельё			
6	Моющие средства, назначение.		Моющие средства, их виды: порошки, мыло, пасты, отбеливатели; правила техники безопасности при работе с химическими средствами;	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия, тактильного восприятия, мелкой моторики через организацию практических действий;

	Кухня			
--	--------------	--	--	--

7	Оборудование кухни, значение.		Оборудование кухни, её оформление. Виды мебели. Правила санитарии.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия через организацию практических действий; развитие речи и обогащение словарного запаса;
	Организация питания семьи			
8	Режим питания, значение.		Питание и здоровье человека. Режим питания.	Развитие внимания, памяти на

9	Продукты питания, их виды.		Продукты питания, их виды. Пищевая ценность продуктов. Работа с иллюстративным материалом.	через применение наглядных средств; развитие зрительного восприятия, мелкой моторики рук,
10	Мясо и мясопродукты. Правила хранения.		Мясо и мясопродукты. Правила хранения (свежее мясо, готовый к употреблению продукт).	эстетического вкуса через организацию практических действий; развитие речи и обогащение словарного запаса;

11	Яйца, жиры. Правила хранения.		Яйца, жиры. Правила хранения (сроки и место хранения).	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного, тактильного восприятия, мелкой моторики через организацию практических действий;
	Молоко			
12	Приготовление молочного супа.		Технология приготовления молочного супа. Выбор продуктов, инвентаря. Повторение правил гигиены, Т.Б. Сервировка стола.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного, тактильного восприятия, мелкой моторики через организацию практических действий;
	Домашние заготовки			
13	Продукты для длительного хранения.		Понятие «длительное хранение». Перечень продуктов для длительного хранения.	Развитие внимания, памяти через применение наглядных средств; развитие зрительного, тактильного восприятия через организацию практических действий; Воспитание навыков совместной работы через организацию работы с учителем;
	Сад и огород			

14	Пищевая ценность овощей, ягод, фруктов.		Витаминная и пищевая ценность овощей, ягод, фруктов.	развитие зрительного восприятия через организацию практических действий; Воспитание навыков совместной работы со взрослым.
----	---	--	--	---

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Лобанкова Ольга Станиславовна

Действителен с 04.05.2021 по 04.05.2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Лобанкова Ольга Станиславовна

Действителен с 04.05.2021 по 04.05.2022